

سلسلة  
دراسات نفسية إسلامية

# الشخصية النسوية

إعداد  
الدكتور سيد عبد الحميد مرسي

الناشر  
مكتبة وهبة  
١٤ شارع الجمهورية - نابليون  
تليفون ٩٣٧٤٧٠







سلسلة  
دراسات نفسية إسلامية  
(٤)

الشخصية النسوية

إعداد  
الدكتور سيد عبد الحميد مرسي

## الطبعة الأولى

المحرم ١٤٠٦ هـ - أكتوبر ١٩٨٥ م

جميع الحقوق محفوظة

دار النوفى للنشر  
للطباعة والجمع  
أول شهر ٣٠ رمضان الموافق ١٩٨٥ م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

« وتقس وما سواها - فالهما فجورها وتقواها »

صدق الله العظيم



# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## مقدمة

الحمد لله رب العالمين : والصلاة والسلام على سيد المرسلين ،  
سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .. وبعد :

لقد أصبح الانسان فى حاجة ملحة الى فهم شخصيته ، نظرا لما  
بلغه من التقدم العلمى التكنولوجى وقصوره فى تنمية المهارات الملائمة  
فى المجالات الاجتماعية والعلاقات الانسانية . ويبدأ الانسان التفكير  
فى ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد ضعفت ، وأن علاقته مع  
بيئته لم تعد علاقة ودية ، وعندما يشعر بانعدام التكافؤ بينه وبين  
العالم الذى يعيش فيه .. حينئذ يرتد الانسان الى نفسه ويشعر بحاجة  
ماسة الى فهم ذاته . وعلى ذلك فقد بذلت محاولات مستمرة لفهم  
الشخصية الانسانية نتج عنها نظريات عديدة متطورة لتفسير  
الشخصية .

وتتميز الشخصية السوية بالقدرة على التحكم فى الذات ، وتحمل  
المسئولية وتقديرها ، والتعاون ، والقدرة على تبادل الثقة ، والانسانية،  
والديمقراطية ، ومستوى الطموح . ويمكن تحليل السلوك الى نتائج  
مرتبة على اشباع الحاجة ، وتحدد الحاجات الأساسية للانسان فى  
الآتى : الحاجات البيولوجية ، والحاجة الى الأمن ، والحاجة الى  
الانتماء ، والحاجة الى الاعتراف والتقدير ، والحاجة الى تحقيق  
الذات .

ويحتاج الفرد الى الآخرين لمعاونته فى حل المشكلات التى  
تعرضه .. فهو يحتاج الى الآخرين حتى يشبع حاجاته التى لا يستطيع



أن يشبعها بمفرده • وهو يحتاج الى الآخرين ليسلكوا نحوه بما يدعم شعوره بالأمن وتقدير الذات • وللعلاقات الشخصية السوية المتبادلة مميزات أساسية تتلخص فى أن لدى كل طرف مفهوم دقيق عن شخصية الطرف الآخر ، كما يميل كل طرف الى مميزات الآخر وينقبلها ، ويعمل على الاتصال المستمر بالطرف الآخر ، ويغرض كل منهما مطالب وتوقعات على الطرف الآخر ، كما يحترم كل واحد حق الآخر فى تقرير شئونه •

ولقد درجنا على أن نجد كتب علم النفس تهتم أساسا - فى دراستها للشخصية - على الجوانب غير السوية • • بحيث تتناول الشخصية المضطربة - غير السوية - بالدراسة والتحليل والتشخيص توطئة لعلاجها • ولهذا الجانب أهميته فى التغلب على مشكلات التوافق التى يواجهها الإنسان فى حياته اليومية • ومن ناحية أخرى ينبغى ألا نغفل الجانب السوى من الشخصية ، اذ علينا أن نتناوله بالدراسة العلمية النظرية والتطبيقية •

ولقد ركز الكاتب على الجانب السوى للشخصية ، فحاول أن يبرز فى ستة فصول الجوانب المختلفة للشخصية السوية • • فنناقش فى الفصل الأول « مدخل الى الشخصية السوية » مفهوم الشخصية السوية متعرضا للتعريف المختلفة للشخصية ، والمفاهيم الأساسية للشخصية السوية ، والشخصية السوية فى القرآن الكريم • ونناقش فى الفصل الثانى بعنوان « اطار نظرى لدراسة الشخصية » النظريات المختلفة للشخصية من وجهات نظر عديدة تتلخص فى الآتى : المدرسة الكلية ، والمدرسة الكلية البيولوجية ، ومدرسة التحليل النفسى ( فرويد ) ، والفرويديون المحدثون ، ونظرية التعلم ، ونظرية الذات • ثم ناقش أنماط الشخصية كما وردت فى القرآن الكريم وهى : المؤمنون ، والمنافقون ، والكافرون •

وانفرد الفصل الثالث بابرار « ملامح الشخصية السوية » • • فنناقش مظاهر النمو النفسى وهى : التكيف ، واشباع الحاجات الأساسية ، وتحقيق الشخصية السوية • ثم انتقل الى دراسة الصحة



النفسية والتكيف ، وناقش الشخصية والأخلاق • وانفرد الفصل الرابع بدراسة « توافق الشخصية » ، فناقش مفهوم التوافق وأبعاده وهي : التوافق الشخصى ، والتوافق الاجتماعى ، والتوافق المهنى • ثم تعرض لأساليب التوافق غير السوى وهى الهجومية ، والانسحابية والاستعطافية ، والقلق المرضى ، واختتم الفصل بتوضيح مظاهر سوء التوافق فى القرآن الكريم •

وناقش الفصل الخامس « التوجيه والارشاد والعلاج النفسى لتحقيق التوافق » • فأبرز الحاجة الى الخدمات النفسية ، ومفهوم التوجيه والارشاد النفسى ، والأسس والمبادئ التى يقوم عليها التوجيه والارشاد النفسى من النواحي الفلسفية والسيكولوجية ، والقربوية والاجتماعية ، والفنية والأخلاقية • وانتقل الحديث الى العلاج النفسى من حيث مفهومه وأهدافه ، واختتم الفصل بإبراز العلاج النفسى فى القرآن الكريم من حيث الإيمان والتسور بالأمن ، وأسلوب القرآن فى علاج النفس من خلال : الإيمان بعقيدة التوحيد ، والتقوى ، والعبادات ، والصبر ، والذكر ، والتوبة •

وتركز الحديث فى الفصل السادس « الخاتمة » على مناقشة الهدف من الكتاب ، والربط بين الجوانب النفسية والدينية ، وكيف أن العقيدة الإسلامية السمحاء قد سبقت العلم والعلماء المحدثين فى الحديث عن النفس البشرية فى سوائها وانحرافها وأنماط الشخصية المختلفة بفضل ما ورد فى القرآن الكريم من آيات تذكر كل هذه الجوانب ، وما ذكره رسول الله صلى الله عليه وسلم فى أحاديثه النبوية الشريفة •

وبعد • • فهذه محاولة علمية لإبراز جوانب الشخصية السوية مدعمة بالآيات القرآنية والأحاديث النبوية • • والله ولى التوفيق •

جدة : رجب ١٤٠٥ هـ

مارس ١٩٨٥ م

د • سيد عبد الحميد مرسى





## الفصل الأول

# مدخل إلى الشخصية السوية

### ● مدخل :

لم يكن الانسان في يوم من الأيام أشد حاجة الى فهم شخصيته مما هو عليه الآن ، ذلك لأن ثمة صرخة مدوية ترتفع الآن في كل مكان معلنة أن الانسان قد نمت معرفته بالعالم الطبيعي وتقدمت سيطرته عليه ، فأصبح يرتاد الفضاء ووصل الى القمر ، حتى أصبح قاب قوسين أو أدنى من الهلاك . فلقد وصل الانسان اليوم الى مرحلة من القدرة والمهارة يكاد معها أن يدمر نفسه بنفسه . ولم يعد أمامنا اليوم الا أن ننمى معرفتنا بالطبيعة البشرية ، حتى يحدث التوازن اللازم في المعرفة الانسانية ، وحتى نكون أكثر قدرة على التحكم في العوامل التي تسير بنا الى طريق الدمار (١) .

ويؤيد هذا القول ما جاء في أحد مراجع « العلاقات الانسانية » (٢) حيث ذكر المؤلف أن المجتمع الغربي قد فشل في أن ينمى الأساليب والوسائل والمهارات اللازمة في المجالات الاجتماعية والشخصية والعلاقات الانسانية ، حتى يتمكن من أن يسير التقدم الذي أحرزه في المهارات والوسائل والأساليب غير الانسانية السائدة في المجتمع . وكان يشير بقوله هذا الى التقدم الذي حققته أمريكا في مجال العلوم الطبيعية وغزو الفضاء واستخدام الأسلحة النووية التي قد تعجل بفناء البشرية ، دون أن يواكب ذلك التقدم للملائم في مجال العلوم الانسانية .

(١) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسي ،

القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ٣ — ٤ .

(٢) Berrien, F.; Comments and Cases on Human

Relations. New York : Harper, 1951, pp. 4 — 6.

ويبدأ الانسان بالتفكير في ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد اضمحلت ، وأن علاقته بالبيئة المحيطة به لم تعد علاقة ود وأمن ، وعندما يشعر بحدّة القصور وانعدام التكافؤ بينه وبين العالم المادى والاجتماعى الذى يعيش فيه ، وعندما يشعر بالعزلة والفرقة بينه وبين الآخرين . . عندئذ يترد الانسان الى نفسه ، ونتجسّم في أوهامه نقائصه ، ويشعر بحاجة ملحة الى أن يختبر ذاته ويحاسبها ويحاول جاهدا أن يتفهمها . ولكن ليس معنى أن يترد الانسان الى نفسه وأن يتفهم شخصيته أنه قد أصبح بالضرورة قادراً على فهمها . . فلقد قامت على مر التاريخ محاولات عديدة لفهم الشخصية الانسانية ، ولكن لا تزال الانسانية تعتبر في بداية الطريق الى تحقيق هذا الهدف الضخم ، لأن هناك عوامل كثيرة يمكن أن تعطل فهم الانسان لذاته . فالانسان الذى ظل طوال هذه الأجيال ينظر الى نفسه على أنه محور هذا الكون ، وأن كل شئ مخلوق من أجله ، لا يستطيع أن ينظر الى الأمور التى تتصل به وبشخصيته بعين مجردة أو أن يقف منها موقفا علميا موضوعيا خاليا من كل تحيز ومن كل رغبة شخصية . ولهذا تعطلت الدراسة العلمية للشخصية الانسانية فترة طويلة (٣) .

وأخيرا قامت محاولات لدراسة الشخصية دراسة علمية خرجنا منها بنظريات متعددة . . منها ما يهتم بدراسة أنماط الشخصية أو سماتها ، ومنها ما يعنى بالجوانب البيولوجية للشخصية ، وهناك نظرية التحليل النفسى ، ونظرية التعلم ، ونظرية الذات ، ونظرية العوامل الثقافية وغيرها ، مما سنناقشه فى الفصل القالى ، ولا تزال المحاولات مستمرة .

\* \* \*

### ● مفهوم الشخصية السوية :

يتميز المجتمع الحديث بأنه دائم التغير ، ومن هنا كان على الفرد — الذى يتفاعل مع الظروف المتغيرة فى البيئة — أن يتعلم كيف يستجيب

---

(٣) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى ، القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٦



لهذه الظروف ويواجهها بطريقة تحقق له التكيف الشخصى والاجتماعى السليم . ومن ناحية أخرى فإن السلوك الانسانى يرتبط ارتباطا وثيقا مع الظروف الداخلية والخارجية التى يتعرض لها الفرد . وعلى ذلك فإننا لا نستطيع أن نفهم السلوك البشرى ببساطة بمجرد دراسة الظروف الخارجية التى يتعرض لها الفرد ، إذ يرتبط سلوكه أيضا بالخواص والمميزات والاستعدادات الداخلية للفرد . ويمكن القول بأن الاستعدادات الطبيعية التى يحملها كل فرد لها أثر كبير فى تحديد نمط سلوكه .

وبناء على ما تقدم يمكن لقول أنه دون الفهم الواعى للطبيعة شخصية الفرد فإننا لا نستطيع أن نفهم سلوكه فهما كاملا . ويستلزم هذا الفهم كذلك دراسة الظروف المختلفة التى تسهم فى أحداث الاستجابات السلوكية فى المواقف المختلفة . فأنماط سلوك الفرد تتحدد من خلال التفاعل فيما بين مكونات الشخصية وبين الظروف الاجتماعية والطبيعية التى تتفاعل فى إطارها .

وفى ضوء ما تقدم يمكن أن نعرف الشخصية على النحو الآتى :

أولا : « الشخصية هى ذلك التنظيم الديناميكى فى الفرد لتلك الاستعدادات النفسية التى تحدد طريقته الخاصة فى التكيف مع البيئة » (٤) .

والمقصود بالتنظيم الديناميكى أن تكوين الشخصية لا يكون ثابتا بل يتغير بمرور الزمن تحت المؤثرات المختلفة والظروف المحيطة . ويقصد بالاستعدادات النفسية والجسمية تلك العادات والاتجاهات والعواطف التى اكتسبها الفرد نتيجة لمروره بخبرات معينة . نخلص من ذلك أن الشخصية هى نتاج كل من العقل والجسم فى وحدة كلية متكاملة .

ويتميز هذا التعريف بما يأتي :

١ - أوضح أن لل شخصية تنظيم أو تكوين ديناميكي عام . ويقصد بذلك أنه قابل للتغير ، وذلك نتيجة للتفاعل الدائم بين مختلف العوامل الشخصية والاجتماعية والثقافية .

٢ - يشير الى التكوينات الجزئية الجسمية النفسية . ويقصد بهذا أن الشخصية تكوين عام يندرج تحته تكوينات جزئية ، في جميع ما يتميز به الفرد من عادات واتجاهات وانفعالات واستعدادات ومشاعر وقيم . ويشير التعريف كذلك الى أن التكوينات المختلفة هي مزيج من النواحي الجسمية والنفسية .

٣ - يشير التعريف الى أن الشخصية هي استعداد يحدد استجابة الفرد لمختلف المثيرات التي تحيط به ، والى أن أساليب التكيف خاصة بالفرد آى أنها تميزه عن غيره من الأفراد .

٤ - وأخيرا يشير التعريف الى أن تكيف الفرد مع بيئته ليس تكيفا سلبيا للعوامل البيئية المحيطة بالفرد ، ولكنه تكيف ايجابي فعال للبيئة الحقيقية ، كما أنه تكيف للبيئة كما يتخيلها الفرد أو يتصورها أو يتمناها .

ثانيا : يرى « كاتل » أن « الشخصية هي تلك التي تمكننا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص فى موقف معين ، وعلى ذلك فان هدف البحوث النفسية فى الشخصية هو تحديد قوانين تتعلق بما سوف يفعله الأفراد المختلفون فى جميع أنواع المواقف الاجتماعية والبيئية العامة . ان الشخصية تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان سلوكا صريحا أو متخفيا » (٥) .

من الواضح أن هذا التأكيد على أن دراسة الشخصية تتضمن « كل » السلوك لا يتعارض مع ضرورة التجريد والتجزئة اللذين يحدثان

---

(٥) Cattell, R.; Personality : A Systematic, Theoretical, and Factual Study. New York : Mc. Graw - Hill, 1950, p. 302



فى الدراسة التجريبية العادية ، انه مجرد تذكرة بأنه لا يمكن فهم معنى أجزاء السلوك الصغيرة فهما كاملا الا اذا نظرنا اليها داخل الاطار الأكبر للكائن الكلى الفعال .

ثالثا : الشخصية هى ذلك التنظيم المتكامل من الصفات والمميزات والتركيبات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية التى تبدو فى العلاقات الاجتماعية للفرد ، والتى تميزه عن غيره من الأفراد تميزا واضحا « (٦) .

ويعنى هذا التعريف أن مفهوم الشخصية يشمل دوافع الفرد وانفعالاته وعواطفه وميوله واهتماماته وسماته واتجاهاته وآراءه ومعتقداته ، كما يشمل عاداته وقدراته العقلية العامة والخاصة وما يتخذ من أهداف ومثل وقيم اجتماعية ، وتنظيم كل هذه الجوانب فى كل متكامل يتسم بالاتساق والانتظام .

رابعا : « الشخصية هى ذلك التنظيم التكاملى الديناميكي الذى يتميز به الفرد ، وتتكون من التفاعل المستمر المتبادل بين المكونات الجسمية والنفسية بشقيها — العقلية والانفعالية — ومؤثرات البيئة المادية والاجتماعية » (٧) .

نخلص من هذا التعريف ان الشخصية تنقسم الى :

- ١ — مكونات جسمية .
- ٢ — مكونات معرفية « عقلية » .
- ٣ — مكونات مزاجية « انفعالية » .
- ٤ — مكونات بيئية « عواطف والاتجاهات والقيم » .

خامسا : يمكن أن نعرف الشخصية تعريفا اجرائيا فنقول :  
« انها ذلك المفهوم أو ذلك الاصطلاح الذى يصف الفرد من حيث

---

(٦) مصطفى لبيب : علم النفس الاكاديمي ، القاهرة : مكتبة مصر ،

١٩٦٧ ص ٥٦

(٧) غنية محمود هنا وآخرون : الشخصية والصحة النفسية .

القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٨ ، ص ٩

هو كل موحد من الأساليب السلوكية والادراكية المعقدة التنظيم ، التى تميزه عن غيره من الناس وبخاصة فى المواقف الاجتماعية » (٨) .

ويتميز هذا التعريف بتأكيدہ للنقاط الآتية :

- ١ — أنه يعتبر أن الشخصية مفهوم وليست شيئاً ملموساً .
- ٢ — أنه يعتبر أن لفظ الشخصية يشير الى أساليب سلوكية وادراكية يرتبط بعضها ببعض الآخر فى تنظيم معين يجعل منها كلاً موحداً ، وأن هذا الكل شديد التعقيد .

٣ — أنه يعتبر أن ما يهمنا من الأساليب السلوكية عندما نتحدث عن الشخصية هو ما يتصل، منها بالمواقف الاجتماعية على وجه الخصوص .

وهناك تعريفات أخرى تهتم بالوظيفة التنظيمية للشخصية . ومثل هذه التعاريف ترى أن الشخصية هى التنظيم أو النمط الذى يخلق على هذه الضروب الجزئية والمتباينة من سلوك الفرد ، أو أن التنظيم نتاج للشخصية التى هى قوة ايجابية فعالة فى الفرد . ان الشخصية هى ما يعطى تآلفاً ونظاماً لجميع الأشكال المختلفة من السلوك الذى يمارسه الفرد ، فالشخصية تتكون من الجهود التى يبذلها الفرد فى التوافق ، وهى جهود متباينة . وان كانت مميزة . وثمة تعريفات أخرى ترى الشخصية مرادفاً للجوانب الفريدة أو الفردية من السلوك . وبهذا المعنى تصبح اصطلاحاً يشير الى تلك الأشياء التى يتصف بها الفرد والتى تميزه وتفرق بينه وبين بقية الأشخاص . وأخيراً يعتبر الباحثون فى الشخصية أنها تمثل جوهر الانسان . . وترى هذه التعريفات أن الشخصية تشير الى ذلك الجانب من الفرد الذى يمثل أكثر من الجوانب الأخرى ، ليس لأنه الجانب الذى يفرق بينه وبين الأشخاص الآخرين فحسب ، ولكن لأنه هو ما يكون عليه الشخص فى حقيقته . ويتمثل هذا النوع من التعريف فيما يراه « ألبورت » من أن « الشخصية هى

---

(٨) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى ،

القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ١٣



ما يكون عليه الانسان فى حقيقته » (٩) . ومقتضى هذا أن الشخصية تتكون فى نهاية الأمر من أكثر الأشياء تمثيلا وأعمقها تميزا للشخص (١٠) .

بعد هذا العرض لوجهات نظر مختلفة فى تعريف الشخصية ومناقشتها ، نرى الاكتفاء بهذا القدر ، حيث سنناقش وجهات النظر المختلفة للشخصية بأسهاب فى الفصل القالى .

\* \* \*

### ● الشخصية السوية :

يتضح من المناقشة السابقة أن الشخصية مصطلح مجرد يرمز الى أنماط السلوك المميزة التى يتصرف بها الشخص بالنسبة لمواقف الحياة المختلفة . ويمكن القول أن « الشخصية السوية » ترمز الى طرق التصرف التى يتصرف بها الأفراد ليصبحوا سعداء وأصحاء (١١) . وإذا ما تساءلنا عن شكل الشخصية السوية ، أو كيف يتصرف الشخص السوى فى مواقف الحياة المختلفة ، نجد أنه من المتعذر وصف الشخصية الصحية أو السوية بـكليتها لأننا لا نستطيع أن نصف أية شخصية ككل . وأفضل ما يمكن عمله هو أن نصف عينة من سلوك الشخص وسماته ، ثانيا لا نعرف أى شخص بطريقة شاملة كلية ، لأننا لا نلاحظ كل شئ، يفعل الشخص . وإذا ما حاولنا وصف شخصية سوية فرضية ، ينبغى أن نقنع بأوصاف عامة لخواص الشخصية ذات القيمة .

وستقدم فيما يلى أوصافا مختصرة للشخصية السوية .  
أولا : قدم « مازلو » (١٢) نظرية فى الدوافع الانسانية تفترض

---

(٩) Allport, G., Personality : A Psychological Interpretation. New York : Holt, 1937, P. 48.

(١٠) فرج أحمد فرج ، قدرى جفنى ، لطفى فطيم (ترجمة) : نظريات الشخصية . القاهرة : الهيئة العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٢٢

(١١) حسن الفتى ، وسيد خير الله (ترجمة) : الشخصية بين الصحة

والمرض . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٧٣ ، ص ٢ — ٣

(١٢) Maslow, A.; Motivation and Personality New

York : Harper, 1954. 12.

أن الحاجات تتنظم في تدرج من الأهمية أو القوة . فعندما تشبع الحاجات ذات القوة الكبرى أو الأولوية فإن الحاجات القسالية في التدرج الهرمي تبرز وتلح في طلب الاشباع هي الأخرى ، وعندما تشبع نكون قد صعدنا خطوة أخرى على سلم الدوافع . ونظام التدرج الهرمي للحاجات من أكثرها قوة الى أقلها قوة هو كما يلي : الحاجات البيولوجية كالجوع والعطش ، وحاجات الأمن ، ثم الحاجة الى الانتماء والحب ، وحاجات الاعتراف والتقدير ، وحاجات تقدير الذات ، ثم الحاجات المعرفية ، وأخيرا الحاجات الجمالية كالرغبة في الجمال . ويلاحظ أن هذا التدرج الهرمي لا مكان فيه للحاجات المعادية للمجتمع والمحدثة للأذى . ان الانسان يمكن أن يصبح معاديا للمجتمع فقط عندما ينكر عليه هذا المجتمع اشباع حاجاته .

ويرى « مازلو » أنه كي ينمو علم النفس ويصبح أكثر اكتمالا وشمولاً يصبح حتما على علماء النفس دراسة الذين حققوا امكاناتهم الى أقصى مداها ، بدلا من الاقتصار على دراسة حالات غير سوية . وهذا هو ما فعله مازلو . . فقد قام ببحث متعمق وشامل لجماعة من الأشخاص الذين حققوا ذواتهم . وهؤلاء أشخاص يندر وجودهم ، كما وجد مازلو عندما شرع في الوصول الى مجموعته . وعثر على مفحوصين مناسبين ، بعضهم كانوا شخصيات تاريخية مثل لنكولن وجيفرسون وبيتهوفن ، فني حين كان البعض الآخر لا يزال على قيد الحياة عند القيام بدراسته مثل روزفلت وآينشتاين والبعض من أصدقائه ومعارفه . وقد درسهم مازلو دراسة اكلينيكية للكشف عن الخصائص المميزة لهم عن بقية الناس العاديين ، فظهر له أن السمات المميزة لهم هي :

- ١ - أن لهم اتجاها واقعيا .
- ٢ - أنهم يتقبلون أنفسهم والآخرين والعالم الطبيعي كما هم .
- ٣ - أنهم على قدر كبير من التلقائية .
- ٤ - أنهم يتركزون حول المشكلات بدلا من أن يتركزوا حول أنفسهم .
- ٥ - أنهم على قدر من الانفصال والحاجة الى الخصوصية .

- ٦ — أنهم يتسمون بالاستقلال الذاتى .
- ٧ — أن تقديرهم للأفراد والأشياء متجدد ، دون نمطية جامدة .
- ٨ — لمعظمهم خبرات روحية أو غيبية عميقة ، دون أن تكون بالضرورة ذات طابع دينى .
- ٩ — أنهم يتوحدون بالبشرية جمعاء .
- ١٠ — أن علاقاتهم الحميمة بأشخاص قليلين يكون لهم حبا خاصا يغلب أن تكون عميقة وذات طابع انفعالى عميق دون أن تكون سطحية .
- ١١ — أن اتجاهاتهم وقيمهم ذات طابع ديمقراطى .
- ١٢ — أنهم لا يخلطون بين الغاية والوسيلة .
- ١٣ — أن روح المرح لديهم ذات طابع فلسفى وليست ذات طابع عدائى .
- ١٤ — أنهم يولعون أشد الولع بالخلق والابتكار .
- ١٥ — أنهم يقاومون الامتثال للثقافة والخضوع لها .

ويبدو أن أسهام مازلو الفريد لوجهة نظر الكائن العضوى هو انشغاله بالأصحاء أو الأسوياء من الناس بدلا من المرضى أو غير الأسوياء .

ثانيا : أن الفرد يعبر عن شخصية صحية سوية عندما يكون قادرا على اشباع حاجاته عن طريق السلوك الذى يتفق مع كل من معايير المجتمع ومطالب ضميره . وهذا يعنى أنه لا يوجد تعريف معين للشخصية السوية ينطبق على كل المجتمعات وفى كل الأوقات ، ولكنه يوضح ما يجب أن يقوم به الشخص حتى يمكن الحكم عليه بأنه شخصية سوية ، وهو يعنى :

- ١ — أنه يشعر بالاشباع ، والاشباع يؤدي الى حالة انفعالية تعرف بالسعادة أو الإكتفاء ، وتتفق معظم المراجع العلمية السلوكية على أنه بدون الاشباع لن تكون هناك شخصية صحية أو سوية . والشخص الذى يبدى عدم رضاء مستمرا لا يمكن أن يعتبر شخصية سوية .



٢ - أن الفرد لا بد أن يجد إشباعا بطريقة معينة • فهو لا يستطيع أن يتصرف عشوائيا ليؤمن إشباعاته • فلا بد أن يتصرف بطرق ووسائل تدخل فى إطار القانون والتقاليد والأخلاق السائدة فى مجتمعه • كما أن الشخصية السوية تعنى أن الضمير - الأخلاقيات والقيم التى اكتسبها الشخص من خلال عملية التطبيع الاجتماعى - يجب أن ينظر اليه بعين الاعتبار أثناء البحث عن الاشباع (١٣) •

ثالثا : يرى بعض علماء النفس - نخص منهم بالذكر « مازلو » و « فروم » - أن بعض الحاجات عالمية أو مستقلة عن الثقافة ، وأنه يجب على بنى الانسان أن تكون لديهم اشباعات معينة ما داموا انسانين ، وألا يعملوا على مستوى الفعل المنعكس أو الغريزة ، والا فانهم يتجردون من الانسانية أو يصبحون غير أموياء •

ويؤكد « فروم » أن الانسان يحتاج الى الاحساس بالانتماء لأخيه الانسان ، وبالإحساس بالقدرة على الإبداع والابتكار • وأن يكون سيد الطبيعة وليس ضحية مستسلمة منضاعة ، وبالإحساس بالانتماء للجماعة والشعور بالأخوة لكل بنى الانسان ، وبالإحساس بالذاتية أى الشعور بالاستقلال الذاتى ، وأخيرا يحتاج الانسان الى فلسفة فى الحياة أو عقيدة دينية تعنى معنى واتجاها لحياته (١٤) •

ويدل رأى « فروم » على أنه اذا لم يحقق الانسان نوعا من الاشباع للحاجات التى ذكرها - بصرف النظر عن الثقافة أو المجتمع الذى يعيش فيه - فانه سيكون أقل انسانية ، ويصبح غير سوى •

ولقد كان « مازلو » واضحا بدرجة كبيرة ، حيث أكد أن الانسان يجب أن يشعر بتتابع الاشباع لحاجاته الأساسية قبل أن يستطيع

---

(١٣) حسن الفتى ، وسيد خير الله (ترجمة) : الشخصية بين الصحة والمرضى ، القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٧٣ ، ص ٢٢ - ٢٣ •

(١٤) Fromm, E.; The Sane Society. New York : Rinehart, 1955, p.p. 30 - 66.

تطوير شخصيته • وما لم يجد الشخص أشباعا للأمن والحب والتقدير  
— بصرف النظر عن الزمان والمكان — فإنه سيفشل في تحقيق التطور  
الكامل (١٥) •

\*\*\*

### ● الشخصية السوية في القرآن :

لقد جاء في القرآن الكريم وصف للشخصية الانسانية وسماتها  
العامّة التي يتميز بها الانسان عن غيره من المخلوقات • وجاء فيه  
أيضا وصف لبعض الأنماط أو النماذج العامّة للشخصية الانسانية التي  
تتميز ببعض الخصائص الرئيسية ، وهي أنماط عامّة وشائعة نكاد نراها  
اليوم في مجتمعاتنا ، وفي جميع المجتمعات الانسانية عامّة • ونجد في  
القرآن أيضا وصفا للشخصية السوية ، والشخصية غير السوية ،  
ووصفا للعوامل المكونة لكل من السواء وعدم السواء في الشخصية •  
ويشير القرآن أيضا إلى الصراع بين الجانبين المادي والروحي  
في الانسان • • ولعلّ مشيئة الله تعالى قد اقتضت أن يكون أسلوب  
الانسان في حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقي الذي وضعه الخالق  
سبحانه للانسان في هذه الحياة • فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين  
المادي والروحي في شخصيته ، وأن يحقق بينهما أكبر قدر مستطاع من  
التناسق والتوازن ، فقد نجح في هذا الاختبار ، واستحق أن يثاب على  
ذلك بالسعادة في الدنيا والآخرة (١٦) • قال تعالى :

● « يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر  
الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون » •  
( المنافقون : ٩ )

● « قد أفلح من تزكى • وذكر اسم ربه فصلى • بل تؤثرن  
الحياة الدنيا • والآخرة خير وأبقى » • ( الأعلى : ١٤ — ١٧ )

Maslow, A.; Motivation and Personality. New York: (١٥)

Harper, 1954, 12.

(١٦) محمد عثمان نجاتي : القرآن وعلم النفس • القاهرة ، دار  
الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ١٩٩ — ٢٠٦ •

ولقد شاعت رحمة الله تعالى وحكمته أن يمد الانسان بكافسة  
الامكانات اللازمة لحل الصراع بين الجانب المادى والجانب الروحى ،  
بأن وهبه العقل ليميز به بين الخير والشر ، وبين الحق والباطل ، كما  
أمدّه سبحانه بحرية الارادة والاختيار حتى يستطيع أن يبت فى أمر  
هذا الصراع • قال تعالى :

● « وهديناه النجدين » • ( البلد : ١٠ )

● « انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا » •

( الانسان : ٣ )

● « ونفس وما سواها • فآلهمها فجورها وتقواها • قد افلح  
من زكاه • وقد خاب من دساها » • ( الشمس : ٧ - ١٠ )

● « قد جاءكم بصائر من ربكم ، فمن أبصر فلنفسه ، ومن عمى

فعلينا » • ( الأنعام : ١٠٤ )

● « وقل الحق من ربكم ، فمن شاء فليؤمن ومن شاء فليكفر » •

( الكهف : ٢٩ )

● « من عمل صالحا فلنفسه ومن أساء فعليها ، وما ربك بظلام

للعبيد » • ( فصلت : ٤٦ )

● « كل نفس بما كسبت رهينة » • ( المدثر : ٣٨ )

واذا أخلص الانسان فى تقربه لله تعالى بالعبادات والأعمال  
الصالحة ، وتحكم فى أهوائه وشهواته ، بما يحقق التوازن بين مطالبه  
البدنية والروحية ، فإنه يصل الى أعلى مرتبة من النضوج والكمال  
الانسانى ، وهى المرتبة التى تكون فيها نفس الانسان فى حالة اطمئنان  
وسكينة ، وينطبق عليها وصف « النفس المطمئنة » •

● « يا أيها النفس المطمئنة • ارجعى الى ربك راضية مرضية •

فادخلى فى عبادى • وادخلى جنتى » • ( الفجر : ٢٧ - ٣٠ )



## ● الخلاصة :

يتلخص ما سبق مناقشته في هذا الفصل في النقاط الآتية :

١ - أصبح الانسان الآن في حاجة ماسة الى فهم شخصيته ، نظرا لما بلغه من التقدم العلمى ، والفشل في تنمية المهارات الملائمة في المجالات الاجتماعية والعلاقات الانسانية . ويبدأ الانسان التفكير في ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد ضعفت ، وأن علاقته ببيئته لم تعد علاقة ودية ، وعندما يشعر بانعدام التكافؤ بينه وبين العالم الذى يعيش فيه . . حينئذ يرتد الانسان الى نفسه ويشعر بحاجة ملحة الى فهم ذاته .

وعلى ذلك فقد بذلت محاولات مستمرة لفهم الشخصية الانسانية نتج عنها نظريات عديدة متطورة لتفسير الشخصية .

٢ - هناك عدة تعاريف للشخصية منها :

( أ ) أن الشخصية هي ذلك التنظيم الديناميكي في الفرد لتلك الاستعدادات النفسية التى تحدد طريقته الخاصة في التكيف مع البيئة .

( ب ) الشخصية هي تلك التى تمكنا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص في موقف معين ، وأنها تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان صريحا أو مختفيا .

( ج ) الشخصية هي ذلك التنظيم المتكامل من الصفات والمميزات والتركيبات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية التى تبدو في العلاقات الاجتماعية للفرد ، والتى تميزه عن غيره من الأفراد تميزا واضحا .

( د ) الشخصية هي ذلك التنظيم التكاملى الديناميكي الذى يتميز به الفرد ، وتتكون من التفاعل المستمر المتبادل بين المكونات الجسمية والنفسية ومؤثرات البيئة .

(هـ) الشخصية هي ذلك المذهوم الذى يصف الفرد من حيث هو كل موحد من الأساليب السلوكية والادراكية المعقدة والتنظيم التى تميزه عن غيره من الناس وبخاصة فى المواقف الاجتماعية .

٣ - يتعذر وصف الشخصية السوية فى كليتها ، وهناك نماذج تعطى بعض الأوصاف للشخصية السوية . . فقد قدم « مازلو » نظريته فى الدوافع الانسانية التى تفترض أن الحاجات تنتظم متدرجة حسب الأهمية والقوة ويحاول الفرد اشباعها ، كما قدم نموذجا للسمات المميزة للشخصية السوية . والنموذج الثانى يوضح ما يجب أن يكون عليه الشخص السوى من حيث شعوره بالاشباع وضرورة حصوله على وسيلة مناسبة للاشباع تتفق مع التقاليد والقيم السائدة فى المجتمع . ويرى « فروم » أن الانسان يحتاج الى الاحساس بأخيه الانسان وبالجماعة التى ينتمى اليها وبقدرته على الخلق والابداع والاحساس بالذاتية وحاجته الى فلسفة فى الحياة أو عقيدة دينية .

\* \* \*

## الفصل الثاني

# إطار نظري لدراسة الشخصية

### ● مدخل :

يمكن تعريف النظرية بأنها وسيلة منطقية لتنسيق البيانات التجريبية بطريقة منظمة ، وأنها خلاصة المبادئ والفروض البناءة للتفاعل الذي يستهدف ربط المثير والاستجابة الخاصة بالكائن الحي . وعلى هذا الأساس والمفهوم الشامل للنظرية يمكن القول بأن لدينا نظريات للتعلم والادراك والدوافع ، الخ . ويتضمن تعبير « نظرية للشخصية » أو « أو إطار نظري للشخصية » أن الشخصية هي حدث في الطبيعة ، وظاهرة قابلة للملاحظة التي يمكن أن يتفق عليها الملاحظون الأكفاء . ولا يعنى هذا القول أن جميع الملاحظين يتفقون على أبعاد الشخصية ومتغيراتها أكثر مما يتفقون على المتغيرات المتضمنة والمكونات التي ينبغى أن يشتمل عليها الإطار النظري . فانهم — والحالة هذه — يبدون اتفاقا معقولا بخصوص تعاريف اجرائية محددة للملاحظات ، مما يمكن تصنيفه تحت مفهوم « الشخصية » (١) .

ومن هنا يبدو من المعقول القول بأن الاطار النظرى للشخصية يجب أن يقدم لنا بعض المفاهيم الخاصة بالأحداث بأكملها ، بالإضافة الى الأجزاء المكونة لها أو العمليات التي تتضمنها . وعلى هذا الأساس يمكن أن نقول ان « نظريات الشخصية » تتكون من تلك النظريات التي تقدم لنا تكويناً منطقياً للشخصية بأكملها في اطار حدود واضحة تميزها عن أى أحداث أخرى . ويعنى هذا أن كل شخصية فريدة في الوقت

---

Wolman, B. (ed) ; Hanbook of Clinical Psychology. (١)

New York : McGraw - Hill, 1965 . p.p. 277 - 280.



والمدى ، وأن لها منطقة من التفاعل مع البيئة محددة إجرائيا ، ونواة غير متغيرة نسبيا أو تتغير ببطء •

وينبغي أن تقدم لنا نظريات الشخصية قاعدة للتفاعل القائم بين الفرد وبيئته • ففي مستوى الشخصية نعى بتوضيح تأثير كل ما يحيط بالفرد في إطار بيئته واستجاباته التي تعمل على تعديل البيئة ، وهنا تبرز أهمية نظريات التعلم والادراك • وتتعامل النظرية الجيدة للشخصية مع الاختلافات الداخلية للكائن الحي ، وتقدم لنا المبادئ التي تساعد على فهم التفاعل القائم فيما بين الجوانب المختلفة في الشخصية • وقد استخدم علماء النفس عدة مفاهيم ومصطلحات كمعايير لتقويم نظريات الشخصية كالعادات والسمات والمجال وغيرها •

\*\*\*

### ● وجهات النظر المختلفة في دراسة الشخصية :

ان نظريات الشخصية — في الواقع — هي نتاج القرن العشرين، إلا أن جذورها تمتد من أغوار تاريخ الفكر الانساني • ولقد بذلت محاولات لتجميع هذا الفكر في مراجع عربية • ويصنف أحد هذه المراجع نظريات الشخصية فيما يأتي :

- ١ — نظرية الأنماط أو الطراز •
- ٢ — نظرية السمات •
- ٣ — نظرية العوامل •
- ٤ — نظرية التحليل النفسي •
- ٥ — نظرية المثير والاستجابة •
- ٦ — نظرية الذات •

كما يصنف أحد هذه المراجع نظريات الشخصية في الآتي :

أولا — نظريات الأطر المرجعية ، وتتضمن :

- ١ — نظرية السمات والأنماط •
- ٢ — نظرية التعلم بالترابط •
- ٣ — النظرية الفينومينولوجية •

ثانيا — نظرية فرويد فى الشخصية •

ثالثا — نظريات الفروديون الجدد فى الشخصية •

وقد استفاد المؤلف الى أقصى حد من هذه المداخلات الهادفة ،  
بالإضافة الى المراجع الأخرى — التى سيرد ذكرها فى حينه — ثم خرج  
بالتصنيف الآتى لدراسة الشخصية على أساس المدارس الفكرية  
المختلفة :

١ — المدرسة الكلية •

٢ — المدرسة الكلية البيولوجية •

٣ — مدرسة التحليل النفسى ( فرويد ) •

٤ — الفروديون المحدثون •

٥ — نظرية التعلم •

٦ — نظرية الذات •

وفى ما يلى عرض لخلاصة هذه الآراء •

أولا — المدرسة الكلية :

يستخدم مصطلح « الكلية » بمفهوم الجشطلت أو « الكلية  
الجشطلتية » • وهى تعنى بصفة عامة أن دراسة الأجزاء أو المكونات  
لا تشرح الكل أو الشئ بأكمله ، لأن الكل شئ مختلف عن مجرد تجميع  
أجزائه • ولقد استخدمت فكرة الكلية على مدى واسع فى دراسة  
الانسان ، فهناك علوم كثيرة ترتبط بالانسان ولكن ليس هناك علم بذاته  
للانسان • فعلم وظائف الأعضاء وعلم النفس وعلم الاجتماع يدرس  
كل منها جانبا معينا من جوانب الحياة الانسانية ، ولكن لا يوجد فى  
الوقت الحاضر علم واحد لدراسة الانسان بطريقة كلية • ومن وجهة  
النظر الكلية فان الانسان أكثر من مجرد تجميع لعدة وظائف فسيولوجية  
وسيكولوجية واجتماعية ، فالشخص بأكمله له خواص وصفات ليس من  
الميسور شرحها من مجرد فهم خواص الأجزاء المكونة له ، ومن رواد  
هذه المدرسة الفكرية « ليفين » و « ألبورت » و « كاتل » •

ويعتبر « ليفين » من أكثر الشخصيات نبوغا فى علم النفس  
المعاصر • ويمثل ليفين بصفة خاصة تطبيق نظرية المجال فى جميع فروع

علم النفس وخاصة « علم النفس الجشططى » • والفكرة الأساسية فى علم النفس الجشططى هى « أن الطريقة التى يتم بها ادراك موضوع ما يحددها السياق أو الصياغة الكلية التى يوجد فيها الموضوع • ويمكن تلخيص السمات الأساسية لنظرية المجال عند ليفين فى النقاط الآتية<sup>(٢)</sup> :

١ — السلوك هو وظيفة المجال الموجود فى الوقت الذى يحدث فيه السلوك •

٢ — يبدأ التحليل بالموقف ككل ، ومن الموقف الكلى تتمايز الأجزاء المكونة له •

٣ — يمكن تمثيل الشخص الفعلى والموقف الفعلى رياضيا • ويؤكد ليفين كذلك أهمية القوى التى تسهم فى تحديد السلوك ، ويعرب عن تفضيله للوصف انسيكولوجى للمجال على الوصف الفيزيائى • ويعرف المجال بأنه « جماع الوقائع الموجودة معا والتى تدرك على أنها تعتمد بعضها على البعض الآخر •

نادى « ألبورت »<sup>(٣)</sup> بنظرية « السمات » وعرف « السمة » بأنها « نظام عصبى مركزى عام — خاص بالفرد — يعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية من السلوك التكيفى والتعبيرى » • فكان السمة استعداد عام تطبع سلوك الفرد بطابع خاص وتشكله وتحدد نوعه وكيفيته •

والفكرة البارزة التى تتضمنها نظرية السمات عموما هى محاولة تفسير السلوك الظاهرى ، عن طريق افتراض وجود « استعدادات » معينة عند الكائن الحى ، وهذه الاستعدادات هى المسئولة كذلك عن الثبات الذى نلاحظه ظاهريا على سلوك الفرد •

فنظرية السمات اذن تتضمن فكرتين أساسيتين : الأولى هى فكرة وجود استعداد مستقل عن الظروف الخارجية ، والثانية هى فكرة الثبات

---

(٢) Lewin, K.; *Field Theory in Social Science*. New York : Harper, 1951. p. 240 .

(٣) Allport, G.; *Personality : A Psychological Interpretation*. New York : Holt, 1937, p. 295.



فى السلوك الفردى • والفكرتان مرتبطتان بعضهما البعض الآخر  
ارتباطا كبيرا •

والى جانب ذلك ، يرى « ألبورت » أن السمات تنتظم فيما بينها ،  
بحيث يمكن ترتيبها فى مدرج هرمى تسوده اما سمة واحدة « رئيسية »  
(Cardial) أو عدة سمات « مركزية » (Central) ولى ذلك مجموعة من

السمات « الثانوية » (Secondary) فهناك من الأفراد مثلا من يبرز عن  
غيره لأن سمة معينة « رئيسية » تسيطر على سلوكه ، ويصبح مثل  
هؤلاء الناس « نموذجا » نصف الآخرين بالاشارة اليه • والقليل من  
الأفراد هم الذين تسيطر على سلوكهم سمة واحدة كبرى ، فى حين أن  
الكثيرين تسيطر على تشكيل سلوكهم مجموعة من السمات • هذا الى  
جانب أن كل فرد يتمتع بسمات « ثانوية » أو صغرى تثيرها مجموعة من  
المثيرات ضيقة الحيز ، وتنتج عن اثارها مجموعة ضيقة الحيز من  
الاستجابات المكافئة ، ويميل « ألبورت » الى أن يسمى هذه السمات  
الثانوية « بالاتجاهات » (٤) •

وتتميز نظرية « السمات » بأنها تسمح بالقياس والتجريب كما  
تسمح بالملاحظة والوصف ، اذ تعبر كل سمة عن بعد ، ويمكن قياس  
هذا البعد واعطاؤه درجات مختلفة • وعلى هذا الأساس يمكن قياس  
الشخصية على عدد من المقاييس والأبعاد ، مما يساعد فى النهاية على  
وضع « تخطيط نفسى » (بروفيل) للشخصية (٥) •

\*\*\*

● كاتل « Cattell » :

كان التحليل العاملى لديه بمثابة الأداة المعاونة التى يستخدمها  
لإلقاء الضوء على مختلف المشكلات • وتمثل نظريته أكثر المحاولات

---

(٤) Allport, G.; Becoming : Basic Considerations For  
a Science of Personality. New Haven, Conn. : Yale Univ. Press,  
1955 .

(٥) Allport, G.; Patterns and Growth of Personality.  
New York, Holt, 1961.

شمو لا لجمع وتنظيم النتائج الرئيسية لدراسات التحليل العااملى المدققة للشخصية . وهو ييدى أيضا اهتماما كبيرا بالنتائج التى توصل اليها الباحثون الذين استخدموا طرقا مختلفة فى الدراسة ، على الرغم من أن موقفه يتركز حول نتائج التحليل العااملى ، حيث يستخلص المتغيرات التى يعتبرها أكثر أهمية فى تفسير السلوك الانسانى . وهو يماثل « ألبورت » من حيث موقفه الذى يعتبر بمثابة « نظرية سمات » وقد طور عددا من الأدوات الخاصة بقياس الشخصية ، وكان لديه الكثير من الآراء الخاصة بنقد وتقويم المقاييس المستخدمة للشخصية (٦) .

ويرى « كاتل » أن الشخصية « هى تلك التى تمكنا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص فى موقف معين . وعلى ذلك فإن هدف البحوث النفسية فى الشخصية هو تحديد قوانين تتعلق بما سوف يفعله الأفراد المختلفون فى جميع أنواع المواقف الاجتماعية والبيئية العامة . . ان الشخصية تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان صريحا أو متخفيا » (٧) . ومن الواضح أن هذا التأكيد على أن دراسة الشخصية تتضمن « كل » السلوك لا يتعارض مع ضرورة التجريد والتجزئة اللذين يحدثان فى الدراسة التجريبية العادية . فهو مجرد تذكرة بأنه لا يمكن فهم معنى أجزاء السلوك الصغيرة فهما كاملا الا اذا نظرنا اليها داخل الإطار الكامل للكائن الحى النفعال .

ويتفق « كاتل » مع « ألبورت » فى اعتبار أن هناك « سمات مشتركة » يتسم بها الأفراد جميعا ، أو على الأقل جميع الأفراد الذين يشتركون فى خبرات اجتماعية معينة . وبالإضافة الى ذلك ، فهو يوافق على أن هناك « سمات فريدة » لا تتوافر الا عند فرد معين ، ولا يمكن أن توجد لدى أى شخص آخر على هذه الصورة تماما .

---

(٦) فرج أحمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم ( ترجمة ) : نظريات الشخصية . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٥٠٨ — ٥٠٩ .

Cattell, R.; Personality : A Systematic, Theoretical, (٧) and Factual Study. New York : Mc Graw - Hill, 1950, p. 302.

وبمضى خطوة أبعد فيقترح تقسيم السمات الفريدة إلى سمات « فريدة نسبية » وسمات « فريدة جوهريا » ، بحيث تستمد الأولى تفردا من فروق طفيفة في ترتيب العناصر التي تكون السمة ، في حين يتسم الفرد في الأخيرة بسمة مختلفة أصلا ولا يتسم بها أى شخص آخر (٨) .

ومن النقاط الرئيسية في وجهة نظر « كاتل » تمييزه بين « سمات السطح » (Surface Traits) التي تمثل تجمعات من المتغيرات الواضحة أو الظاهرة التي تبدو متلازمة ، وبين « سمات المصدر » (Source Traits) التي تمثل المتغيرات الكامنة التي تتدخل في تحديد مظاهر السطح المتعددة . وتعد السمات السطحية نتيجة للتفاعل بين سمات المصدر . ومن الواضح أن أى سمة مفردة قد تمثل نتاج فعل العوامل البيئية أو العوامل الوراثية أو مزيج منهما معا . ويرى كاتل أنه بالإضافة الى أن سمات السطح ينبغي أن تمثل نتاج تلك العوامل المختلطة ، فإنه يبدو ممكنا على الأقل أن تقسم سمات المصدر الى تلك العوامل التي تعكس ظروفًا بيئية وتلك التي تعكس الوراثة أو العوامل التكوينية . وتسمى السمات التي تنتج عن فعل الظروف البيئية « بالسمات البيئية التشكيل » ، أما تلك التي تعكس العوامل الوراثية فتسمى « بالسمات التكوينية » (٩) .

ويؤكد « كاتل » من خلال البحوث التي قام بها أنه قد تم تحديد ١٤ أو ١٥ سمة مصدر ببعض الدرجة من الثقة ، ولكن ٦ سمات منها فقط قد تكرر تأكيدها وعدم قابليتها للخطأ ، وكانت تلك السمات هي : المزاج شبيه الدوري ( Cyclothymia ) مقابل المزاج شبيه الفصامي ( Schizothymia ) والقدرة العقلية العامة مقابل الضعف العقلي ،

(٨) فرج أحمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم ( ترجمة ) : نظريات الشخصية . القاهرة : انهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٥١٢ .

(٩) Cattell, R.; Personality : A Systematic , Theoretical, and Factual Study . New York : McGraw. Hill, 1950, p.p. 33 - 34 .



والاندفاع الصاخب ( Syrgency ) مقابل التردد القلق ( Gesurgency )  
والمزاج شبه الدورى المخاطر ( Adventurous Cyclothymia )  
مقابل الفصام المزوى ، والعقل المطيع المتحضر مقابل الطبع الخشن ،  
وعدم الاكتراث البوهيمى مقابل الاستعمالية التقليدية (١٠) .

ويقدم « كاتل » بالإضافة الى سمات المصدر التى يستنبطها من  
مصادر سجل الحياة ، قوائم للمقارنة تتضمن السمات المستخلصة من  
نتائج التقديرات الذاتية والاختبارات الموضوعية . وتعطى قوائم  
السمات هذه أرقاما رمزية تسمح بالمقارنة الفورية مع السمات  
المستخرجة من المصادر الأخرى . وقد تمكن « كاتل » نتيجة لبحوثه  
من تقديم عدد من الاختبارات الموضوعية للشخصية لقياس سمات  
المصدر الرئيسية (١١) .



### ثانيا - المدرسة الكلية البيولوجية ( العضوية ) :

منذ قسم « ديكارت » فى القرن السابع عشر الشخص الى  
كيانين منفصلين وان كانا متفاعلين ، هما الجسم والعقل ، ومنذ امتثل  
« فونت » فى القرن التاسع عشر لتقاليد هذا التقسيم ، ففتت العقل  
وأرجعه الى جزئيات أولية من الأحاسيس والمشاعر والصور ، منذ  
ذلك الوقت والمحاولات تبذل من آن لآخر للجمع بين الجسم والعقل  
معا مرة أخرى ، ومعاملة الكائن ككل منتظم موحد . ومن بين المحاولات  
الجديرة بالذكر والتى جذبت أتباعا كثيرين فى السنوات الأخيرة وجهة  
النظر المعروفة « النظرية العضوية » ( Organismic ) أو « الكلية »  
( Holistic ) . وقد عبرت هذه النظرة عن نفسها فى البيولوجيا

---

Cattell, R.; Ibid., p. 57.

(١٠)

Cattell, R.; « The Principal Replicated Factors (١١)  
Discovered on Objective Personality Tests » . J. Abnor. Soc  
Psychol., 1955, p. 50, 291 - 314.

النفسية ( Roychobiology ) وفى الاتجاه الطبى الحديث المسمى بالاتجاه « السيكوسوماتى » •

ويمكن أن نلخص السمات الرئيسية للنظرية العضوية من حيث صلتها بسلوكية الشخصية فيما يلى (١٢) :

١ - تؤكد النظرية العضوية وحدة الشخصية السوية وتكاملها وثباتها وتماسكها • ان التنظيم هو الحالة الطبيعية للكائن العضوى ، أما اختلال هذا التنظيم فشىء مرضى وعادة ما تؤدي اليه بيئة قاسية أو مهددة •

٢ - تبدأ النظرية العضوية بالكائن العضوى كنسق منظم ، ومنه تشرع فى تحليله بايجاد الأجزاء التى تتمايز داخل الكل والتى يتكون منها هذا الكل • ولا يحدث أن ينتزع جزء من هذه الأجزاء من الكل الذى ينتمى اليه ويدرس ككيان منفصل ، بل ينظر اليه دائما من حيث خاصيته كعضو فى الكيان العضوى الكلى • ويؤمن أصحاب النظرية العضوية باستحالة فهم الكل عن طريق دراسة أجزاء وقطاعات منفصلة ، اذ أن الكل يؤدي وظائفه وفقا لقوانين لا يمكن استخلاصها من الأجزاء •

٣ - تفترض النظرية العضوية أن الفرد يحركه دافع واحد رئيسى وليس مجموعة من الدوافع • ويطلق « جولدشتين » على هذه القوة الدافعة الرئيسية ، اسم « تحقيق الذات » ( self - Realization, Self - actualization ) ويعنى بها أن الانسان يحاول دائما تحقيق امكانياته الأصلية أو الكامنة بكل ما يحتاج اليه من وسائل ، وهذا ما يحدد لحياة الانسان اتجاهها ويمنحها وحدتها •

٤ - على الرغم من أن النظرية العضوية لا تنظر الى الفرد باعتباره نظاما مغلقا ، فانها تميل الى التقليل من التأثير الأولى والتوجيهى

---

(١٢) فرج أحمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم ( ترجمة ) : نظريات الشخصية • القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٣٩١ - ٣٩٢ •

للبيئة الخارجية على التطور السوى ، والى تأكيد الامكانيات الكامنة — أو الداخلية — عند الكائن العضوى لاستمرار النمو والتطور . ان الكائن العضوى يختار من البيئة تلك السمات التى سيستجيب لها ، ولا تستطيع البيئة — الا فى ظروف نادرة وغير عادية — أن تفرض على الشخص سلوكا يقتضى مع طبيعته . واذا لم يستطع الكائن العضوى أن يتحكم فى البيئة ، فانه يحاول أن يتكيف معها . وبصفة عامة ترى النظرية العضوية أنه اذا أتاحت لامكانيات الكائن العضوى الفرصة لتتفتح بطريقة منظمة ، بفضل بيئة ملائمة ، فان ذلك سوف يؤدى الى ظهور شخصية سوية متكاملة ، وان كان فى مقدور قوى البيئة الخبيثة أن تدمر الشخص أو تسبب قصوره وانحرافه فى أية لحظة . وليس ثمة ماهو « خبيث » فى داخل الفرد ، وانما هو يصبح خبيثا بسبب بيئة غير صالحة . وفى هذا الصدد تتفق النظرية العضوية فى الكثير مع آراء الفيلسوف الفرنسى جان جاك روسو ، الذى كان يعتقد أن الانسان الطبيعى خير ، الا أنه كثيرا ما يصبح منحرفا بسبب بيئة لا تتيح للانسان الفرصة ليسلك وينمو بما يتفق وطبيعته .

هـ — ترى النظرية العضوية أن هناك الكثير الذى يمكن تعلمه عن طريق الدراسة الشاملة لشخص واحد ، بالقياس الى الدراسة الممتدة لوظيفة سيكولوجية منفصلة تستخلص من عدد كبير من الأفراد . ولهذا السبب نجد أن النظرية العضوية غالبا ما تكون أكثر انتشارا بين الاخصائيين النفسيين الاكلينيكيين الذين يهتمون بالشكل ككل ، بالمقارنة بالاخصائيين النفسيين التجريبيين الذين يهتمون أساسا بعمليات أو وظائف، منفصلة كالادراك أو التفكير أو التذكر أو التعلم .

ومن أبرز أنصار النظرية العضوية « جولدشتين » أخصائى الأعصاب والطب النفسى الألمانى . ولقد كان لملاحظاته ودراساته للجنود المصابين باصابات مخية فى أثناء الحرب العالمية الأولى أكبر الأثر فيما وصل اليه من نتائج مؤداها أن أى عرض خاص يظهر على المريض لا يمكن فهمه بوصفه مجرد نتيجة اصابة عضوية معينة أو مرض ، بل يجب النظر اليه بوصفه تعبيرا عن الكائن بأكمله . فالكائن العضوى



يسلك دائما ككل موحد ، وليس مجرد أجزاء متميزة • ان العقل والجسم ليسا كيانين منفصلين ، كما أن العقل لا يتكون من ملكات أو عناصر مستقلة ، وكذلك الجسم لا يتكون من أعضاء وعمليات مستقلة ان الكائن العضوى وحدة متكاملة وما يحدث للجزء يؤثر فى الكل • فالأخصائى النفسى يدرس الكائن العضوى من منظور واحد ، وأخصائى وظائف الأعضاء يدرسه من منظور آخر ، الا أن كلا الفرعين من فروع العلم عليهما أن يتعاوننا داخل اطار النظرية العضوية ، لأن أية واقعة سواء أكانت نفسية أو عضوية تقع داخل نطاق الكائن العضوى الكلى ، الا اذا عزلت عزلا مصطنعا عن هذا السياق • ان قوانين الكل تحكم أداء هذه الأجزاء المتميزة من الكل لوظائفها •

والتنظيم الأولى لوظائف الكائن العضوى — كما يراه جولدشتين — يتكون من الشكل والأرضية • فالشكل هو أى عملية تبرز وتتمايز خارجة على أرضية بما يشغل مركز الوعى الانتباهى • فمثلا ، عندما ينظر شخص الى شئ ما بالحجرة ، يصبح ادراك هذا الشئ هو الشكل فى مقابل أرضية هى بقية الحجرة • ومن حيث العمل ، فالشكل هو النشاط المستمر للكائن العضوى • فعندما ينشغل الفرد بقراءة كتاب ، تصبح القراءة هى الشكل الذى يبرز متميزا عن غيره من ضروب النشاط الأخرى ، كعبث الشخص بشعره أو سماعه لطنين الأصوات المنبعثة من حجرة أخرى • ان الشكل يتميز بحدود محددة أو محيط يفصله عما حوله • أما الأرضية فمستمرة ، انها أشبه بالسجادة يوضع فوقها شئ ما أو السماء ترى على صفحاتها طائفة •

وعندما نتساءل : ما الذى يجعل الشكل يبرز من الأرضية الكلية للكائن العضوى نجد أن الذى يحدده هو العمل الذى تقتضيه طبيعة الكائن العضوى فى هذا الوقت • فمثلا عندما يكون العمل الذى يواجه الكائن العضوى الجائع هو الحصول على الطعام ، فان أى عملية تساعد للحصول على الطعام ترتفع الى مستوى الشكل • وقد تكون هذه العملية تذكر المكان الموجود فيه الطعام أو أى نشاط يؤدى الى الحصول على الطعام • ولكن لو أن الكائن العضوى تغير ، كأن يصبح ( ٣ — الشخصية السوية )

الشخص الجائع خائفا مثلا ، فان عملية جديدة تظهر كشكل يتناسب مع متطلبات مواجهة الخوف • ومن هنا تظهر أشكال جديدة بتغير متطلبات الكائن العضوى وأعبائه •

ان المفاهيم الدينامية الأساسية التى قدمها جولدمشتين هى (١٣) :

١ — عملية التعادل ( Equalization ) أو مركزة الكائن الحى •

٢ — تحقيق الذات ( Self - Actualization )

٣ — الالتقاء بالبيئة أو الاتفاق معها ( Coming to Terms )

**التعادل :** يفترض جولدمشتين وجود قدر من الطاقة الثابتة نسبيا يميل الى التوزيع بالتساوى داخل الكائن الحى • وهذا القدر الثابت الموزع بالتساوى يمثل الحالة « المتوسطة » للتوتر داخل الكائن ، والى هذه الحالة المتوسطة يعود الكائن الحى دائما أو يحاول العودة عقب التنبيه الذى يغير من التوتر • وهذه العودة الى الحالة « المتوسطة » هى عملية التعادل • ومن أمثلة التعادل تناول الطعام عند الجوع ، والراحة عند التعب ، واسترخاء أعضاء الجسم عندما تتقلص • ان هدف الشخص السوى ليس تفريغ التوتر وانما معادلته ، ويمثل المستوى الذى يصبح التوتر عنده متساويا « تركز » الكائن الحى • وهذا التركز يمكن الكائن الحى من أداء عمله بأكبر كفاءة فى مواجهة البيئة وفى تحقيق ذاته فى أنشطة تالية على— حسب طبيعته • ويوضح مبدأ التعادل ثبات السلوك وانتظامه بالرغم من المنبهات المثيرة للاضطراب • ولا يعتقد جولدمشتين أن مصادر الاضطراب هى أساسا من داخل الكائن العضوى ، الا فى ظروف شاذة وعصبية من شأنها أن تؤدى الى العزلة والصراع الداخلى • أما فى البيئة المناسبة فان الكائن العضوى يستطيع دائما أن يظل متوازنا الى حد معقول • وإعادة توزيع الطاقة وانعدام التوازن فى النظام ينتج من تدخل البيئة ، وأحيانا من صراع داخلى • ونتيجة

للنضج والخبرة تنمو لدى الشخص طرق مفضلة في السلوك توقف التدخلات والصراعات عند أدنى حد ممكن ، وتبقى على توازن الكائن العضوى ، فتصبح حياة الفرد أكثر تمركزاً وأقل تعرضاً للتعيرات العارضة في العالم الخارجى والداخلى ، مع تقدمه فى السن .

**تحقيق الذات :** هذا هو الدافع الرئيسى الوحيد لدى الكائن العضوى ، من وجهة نظر جولدشتين . أما ما يبدو أنه محركات أو مثيرات مختلفة كالجوع والجنس والقوة والانجاز والميل الى الاستطلاع فليست سوى مظاهر لغرض أسمى للحياة ، وهو تحقيق المرء لذاته . فعندما يتطلع المرء الى القوة فإنه يحقق ذاته بامتلاك القوة ، ويحتل اشباع أية حاجة نوعية المقام الأول عندما تكون شرطاً لتحقيق الذات للكائن العضوى بأكمله . فتحقيق الذات هو الاتجاه الخلاق فى الطبيعة الانسانية ، انه المبدأ العضوى الذى به يصبح نمو الكائن الحى أكثر تحقّقاً واكتمالاً . فالشخص الجاهل الذى يرغب فى المعرفة يحس بفراغ داخلى ، ويلزمه احساس داخلى بعدم الاكتمال . وعن طريق القراءة والدراسة والاطلاع تتحقق رغبته فى المعرفة ويختفى الشعور بالفراغ . فلقد خلق شخص جديد ، حلت المعرفة لديه محل الجهل . فلقد أصبحت رغبته حقيقة . وأى حاجة هى حالة نقص أو افتقار تحرك الشخص الى التخلص من هذا النقص . وهذا التخلص أو الاشباع للحاجة هو المقصود بتحقيق الذات .

**الالتقاء بالبيئة والاتفاق معها :** على الرغم من أن جولدشتين صاحب نظرية عضوية يؤكد المحسّنات الداخلية للسلوك ومبدأ أن الكائن العضوى يجد البيئة التى هى أكثر ملاءمة لتحقيق ذاته ، فإنه لا يأخذ المبدأ المتطرف الذى يرى الكائن العضوى محصناً ضد ما يدور فى العالم من أحداث . فهو يعترف بأهمية العالم الموضوعى كمصدر للاضطراب الذى يجب على الفرد مواجهته ، وكمصدر للاحتياجات التى يحقق من خلالها الكائن العضوى غايته وأهدافه فى ذات الوقت . أى أن هناك تفاعل بين الكائن العضوى والبيئة .

وعلى الكائن الحى أن يعمل على التوافق مع البيئة لسببين ، فهى



تمده بالوسائل التي تمكنه من تحقيق ذاته ، كما أنها تحتوى على العوائق والعقبات فى شكل تهديدات وضغوط تعوق تحقيق الذات . وقد يكون تهديد البيئة أحيانا من الشدة بحيث يتجمد سلوك الشخص ويصبح عاجزا عن احراز أى تقدم نحو الهدف .

ويذكر جولدشتين أن الشخص السوى المتكامل هو ذلك الذى ينشط لديه الميل الى تحقيق الذات من الداخل ويتغلب على الاضطراب الناشئ من الاصطدام بالعالم ، ليس تجنباً للقلق بل استمتاعاً بهذا الانقصار . ان هذا القول يوحي بأن التوافق مع البيئة يقوم أساسا على السيطرة عليها . واذا لم يكن ذلك ممكنا فان على الشخص تقبل الصعوبات وأن يكيف نفسه بقدر ما يمكن لحقائق العالم الخارجى الواقعية . فاذا كان التناقض بين أهداف الكائن العضوى وحقائق البيئة كبيرا للغاية فاما أن ينهار الكائن العضوى أو يتنازل عن بعض من أهدافه أو يعدلها محاولا تحقيق ذاته على مستوى أدنى .

وتتلخص استراتيجية جولدشتين فى التوجيهات التالية للباحث الذى يرغب فى القيام ببحث على طريقة النظرية العضوية (١٤) :

- ١ - ادرس الشخص بأكمله .

- ٢ - قم بدراسات متعمقة للحالات الفردية باستخدام الاختبارات والملاحظة والاستبصارات فى ظروف طبيعية ، ولا تعتمد على نوع واحد من الأدلة .

- ٣ - حاول أن تفهم سلوك الشخص فى اطار من مبادئ مثل تحقيق الذات ، والتوافق مع البيئة ، وليس بوصفها استجابات نوعية لمنبهات نوعية .

- ٤ - استخدم المناهج الكمية والكيفية معا فى جمع المادة وتحليلها .

- ٥ - لا تستخدم النوابط التجريبية والظروف المقننة التى تدمر تكامل الكائن العضوى وتجعل السلوك مصطنعا وغير طبيعى .

٦ — ليكن واضحا فى الذهن دائما أن الكائن العضوى بناء مركب وأن سلوكه نتاج شبكة متسعة من المجتمعات •

\* \* \*

### ● مازلو « Maslow »

يعتقد مازلو بضرورة الايمان القوى بأن للانسان طبيعة جوهرية خاصة به ، له هيكل من البناء السيكولوجى يمكن تناوله ومناقشته بصورة مماثلة لتناولنا لبنائه الفيزيقي • ان له حاجات وقدرات وميولا لها أساسها التكويني ، بعضها يميز الجنس البشرى بأسره ، والبعض الآخر خاص بكل فرد على حدة ومقصود عليه وحده ، وهذه الحاجات اما خيرة أو محايدة ولكنها ليست شريرة • ويتضمن ذلك تصورنا أن النمو الكامل السوى المنشود يقوم على تحقيق هذه الطبيعة واشباع هذه الحاجات وفى النمو فى اتجاه النضج ، فى الاتجاه الذى تحدده هذه الطبيعة الجوهرية الخفية والتى تبدو بغير وضوح والتى تنمو من الداخل • وهذه الطبيعة الداخلية ليست قوية منزهة عن الخطأ ، بل انها ضعيفة هشة بحيث يسهل على العادات والضغط الثقافى والاتجاهات الخاطئة أن تقهرها • ولكن بالرغم من ضعفها فانها لا تختفى لدى الشخص السوى ، وربما حتى لدى الشخص العصابى ، انها تبقى كامنة وان أنكرها صاحبها • ويقدم مازلو فى هذا المجال عددا من الفروض الهامة المتعلقة بالطبيعة الانسانية • ان للانسان طبيعة فطرية خيرة فى جوهرها ، ولا تكون شريرة على الاطلاق • وهذا تصور ذهنى جديد ، اذ أن الكثيرين من أصحاب النظريات يفترضون أن الغرائز شريرة ، وأنه يجب ترويضها بالتدريب والتنشئة الاجتماعية (١٥) •

ويعتقد مازلو أنه اذا اقتصرَت دراسة الأخصائيين النفسيين على العجزة والعصابيين ومختلفى النهو ، فانهم بالضرورة سيقدمون علما عاجزا • ولكى يمكن نمو علم انسانى أكثر اكتمالا وشمولا يتحتم على علماء النفس دراسة الذين حققوا امكانياتهم الى أقصى مداها • وهذا ما فعله مازلو ، فقد قام ببحث شامل عميق لجماعة من الأشخاص حققوا

ذواتهم ، بعضهم كانوا شخصيات تاريخية مثل لنكولن وجيفرسون وبيتهوفن ، بينما كان البعض الآخر لازال على قيد الحياة وقت الدراسة كروزفلت وآينشتاين وغيرهم . وقد درسهم مازلو دراسة اكلينيكية للكشف عن الخصائص المميزة لهم عن بقية الناس العاديين ، فظهر له أن السمات المميزة لهم هي :

- ١ — أن لهم اتجاها واقعيا .
- ٢ — أنهم يتقبلون أنفسهم والآخرين والعالم الطبيعي كما هم .
- ٣ — أنهم على قدر كبير من التلقائية .
- ٤ — أنهم يتركزون حول المشاكل بدلا من أن يتركزوا حول أنفسهم .
- ٥ — أنهم على قدر من الانفصال والحاجة الى الخصوصية .
- ٦ — أنهم يتسمون بالاستقلال الذاتى والاستقلال عن الآخرين .
- ٧ — أن تقديرهم للأفراد والأشياء متجدد ، دون نمطية جامدة .
- ٨ — لمعظمهم خبرات روحية أو غيبية عميقة دون أن تكون بالضرورة ذات طابع ديني .
- ٩ — أنهم يتوحدون بالبشرية كلها .
- ١٠ — أن علاقاتهم الحميمة بأشخاص قليلين يكونون لهم عبئا خاصا يغلب أن تكون عميقة وذات طابع انفعالى عميق دون أن تكون سطحية .
- ١١ — أن اتجاهاتهم وقيمهم ديمقراطية .
- ١٢ — أنهم لا يخلطون بين الغاية والوسيلة .
- ١٣ — أن روح المرح لديهم ذات طابع فلسفى وليست ذات طابع عدائى .
- ١٤ — أنهم مولعون الى حد كبير بالخلق والابتكار .
- ١٥ — أنهم يقاومون الامتثال للثقافة والخضوع لها (١٦) .



لقد اختلف مازلو عن سبقه بدراسة الأصحاء من الناس بدلا من المرضى . فقد اهتم جولدمشتين بوصفه اخضائيا في الطب النفسي بالتعامل مع العجزة والمضطربين وان كانت نظريته تتضمن الكائن العضوى بأسره . وتنطبق على المريض كما تنطبق على السليم ، وقد اختار مازلو الطريق المباشر فدرس الأصحاء من الناس الذين تتجلى وحدة شخصياتهم وتكاملها بوضوح أكثر ، وهؤلاء الذين درسهم مازلو بوصفهم أشخاصا حققوا ذواتهم هم النموذج الذى تتجسد فيه النظرية العضوية (١٧) .

\* \* \*

### ثالثا — مدرسة التحليل النفسى :

ان نظرية التحليل النفسى لا تقنع بوصف ظواهر الشخصية على النحو الذى فعلته النظريات الأخرى ، بل هى تفسرها على أساس من التفاعل والصراع بين قوى معينة . فالشكل النهائى للتنظيم السلوكى المميز لفرد ما — أى التكوين الحال لشخصيته — هو نتاج لتفاعل أو صراع بين عوامل غريزية من ناحية ، وعوامل اجتماعية من ناحية أخرى . ويتضمن هذا عند « فرويد » (١٨) وغيره من التحليليين الأولين ، وجود طاقة جنسية موروثة عند الفرد ، تدخل فى صراع محتوم مع المجتمع الذى يعيش فيه ، وتصطدم بالقوة التى يفرضها ذلك المجتمع .

ولابد لى نين ديناميات هذا الصراع وعلاقته بتكوين الشخصية أن نفهم أمورا أربعة تضمنتها نظرية التحليل النفسى :

١ — أما الأمر الأول . فهو أن الطاقة الغريزية الموروثة تتطور وتنمو فى اتجاه مرسوم محدد بالنسبة لموضوع الاشباع ، وكذلك بالنسبة للمناطق الجسمية التى تتركز فيها هذه الطاقة . وعلى أساس

---

(١٧) فرج احمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم (ترجمة) : نظريات الشخصية . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٤٢٦ .

(١٨) Jones, E.; The Life and Works of Sigmund Freud. New York : Basic Books, 1957.

المرحلة التى يمر بها الطفل من هذا التطور ، يتوقف الى حد كبير المعنى النفسى للأحداث الخارجية التى تحدث له ، وبالقائى ما تثيره عنده انفعالات وما تبعثه فيه من أوهام •

٢ - والأمر الثانى الذى تتضمنه نظرية التحليل النفسى هو أن علاقة الفرد ببيئته علاقة ديناميكية ، بمعنى أن الآثار التى تلحق به فى أثناء تفاعله مع المجتمع الخارجى تؤثر فى شكل سلوكه مستقبلاً •

٣ - والأمر الثالث ، هو أن الصراع لا يقتصر على الفرد فى علاقته بالبيئة الخارجية ، بل أن الصراع الأهم هو ذلك الذى يحدث مستقبلاً بين الفرد ونفسه • ويتضمن هذا وجود قوى نفسية مختلفة ، أو أجهزة نفسية ، يدخل كل منها طرفاً من أطراف ذلك الصراع •

٤ - والأمر الرابع هو أن الصراع الذى يحدث ، سواء بين الفرد وبيئته أو بين الفرد ونفسه : إنما يسير وفقاً لمبادئ أو قوانين ، هى التى تحدده وتحدد شكل النتائج التى يمكن أن يتمخض عنها •

ولا تكتمل نظرية التحليل النفسى لنمو الشخصية الا اذا تناولنا الشخصية من الناحية الطبوغرافية ، الى جانب الناحية الديناميكية والناحية التكوينية أو التطورية • فالفرد ، وهو الكائن البيولوجى الذى يدخل فى صراع مع البيئة باعتباره طاقة غريزية موروثة ، لا يلبث أن تنمو عنده ، نتيجة لذلك الصراع الخارجى ، باقى أجهزته النفسية التى تحول الصراع الى عملية داخلية ، فضلاً عن كونه عملية خارجية • ويتحدث « فرويد » بهذا المعنى عن ثلاثة أجهزة للنفس هى : « الهو » و « الأنا » و « الأنا الأعلى » •

١ - و « الهو » هو ذلك القسم من النفس الذى يحوى كل ما هو موروث أو غريزى ، كما يحوى العمليات العقلية المكبوتة التى فصلتها المقاومة عن الحياة النفسية الشعورية ، ففى « الهو » اذن جزء فطرى وجزء مكتسب • وان المستوى النفسى أو الحالة العقلية « للهو » حالة لا شعورية بحتة •

٢ - أما « الأنا » فينشأ ويتطور تحت تأثير مواجهة « الهو » للعالم الخارجى ، أى كنتيجة لالتقاء القوى الغريزية بالواقع الخارجى ،

واكتساب بعض الخصائص والميزات الثانوية • ونشاط « الأنا » نشاط شعورى كالادراك الحسى الخارجى والادراك الحسى الداخلى والعمليات العقلية • ويخضع « الأنا » لبدأ الواقع ، فهو يفكر تفكيراً موضوعياً معقولا متمشياً مع الأوضاع الاجتماعية المتعارف عليها • كما أن وظيفة « الأنا » هى الدفاع عن الشخصية ، والعمل على توافقها مع البيئة ، وحل الصراع بين الدائن الحى والواقع ، أو بين الحاجات المتعارضة للكائن الحى •

٣ - و « الأنا الأعلى » هو ذلك الجزء من « الأنا » الذى يتخصص فى عملية الكبت ، وهو يعمل على مستوى لا شعورى • « فالأنا الأعلى » هو الذى يمثل علاقتنا بوالدينا ، ويبدو نشاطه فى حالات الصراع مع « الأنا » عن طريق اصدار الأوامر والتواهى ، مما قد يأخذ أحيانا صورة مرضية تبلغ من الخطورة حدا يصبح معه القلق شيئا لا يطاق ، وتستحوذ على الفرد حاجة ملحة الى اتهام الذات وعقابها ومعاناة العذاب والشعور بالفشل (١٩) •

لا شك فى أن نظرية التحليل النفسى قد وجهت النظر الى حقائق هامة لم تكن معروفة من قبل ، أو لم يكن لها من الوزن فى تفسير الشخصية ما يقتاسب وأهميتها • فلقد كان فرويد أول من كشف عن حقيقة العلاقة بين التنظيم الشخصى للراشد وبين تربيته أو طريقة معاملته فى الطفولة • وكان هو أول من وجه الأنظار الى أن الخبرات الانفعالية فى الطفولة المبكرة تترك أثرا باقيا فى التكوين الشخصى ، مما يجعلنا نقرر أن معالم الشخصية تتحدد الى حد كبير فى فترة الخمس سنوات الأولى من حياة الفرد • • وفى هذه الفترة يتكون أسلوب الفرد فى الحياة ، ويتحدد موقفه من المجتمع ومن نفسه ، وتتحدد نظرته العامة الى الأمور وسمات شخصيته العامة • ولا شك أن مثل هذه النظرة الى السنوات الأولى وأهميتها قد فتحت آفاقا واسعة أمام دارسى الشخصية ، وغيرت اتجاهات هذه الدراسة عما كانت



تسير عليه من قبل تغييرا أساسيا • ان هذا الاتجاه الذى يسند الى الطفولة المبكرة أكبر الأثر فى تحديد الخطوط الأساسية للشخصية لا يزال ثابتا ومقررا حتى انيوم ، بل يكاد يتفق عليه اليوم علماء النفس جميعا •

واذا كان الشكل النهائى لشخصية الفرد يتحدد نتيجة لتفاعله أو صراعه مع العوامل البيئية بما فى ذلك البيئة الداخلية — أى صراع الفرد مع نفسه — فان ذلك يتم فى الغالب على مستوى لا شعورى ، وهذه نقطة هامة كشفت عنها نظرية التحليل النفسى • فاللاشعور لم يكن معروفا من قبل لدى نظريات الشخصية المختلفة • أما الآن فقد أصبحت الخبرات اللاشعورية تكون ناحية من أهم النواحي الجديرة بالدراسة حتى نستطيع أن نحدد المعالم الأساسية لفرد ما أو نفهم شخصيته وأن نتنبأ بما سيكون عليه سلوكه مستقبلا ، وقبل أن نستطيع التحكم فى تشكيل هذه الشخصية أى فى إعادة بنائها • فالدوافع والانفعالات المكبوتة والصراعات اللاشعورية والحلول اللاشعورية لهذه الصراعات ، أصبحت تكون الآن محورا هاما فى دراسة الشخصية ، دراسة هدفها الفهم والتنبؤ والضبط •

\*\*\*

رابعاً — الفرويديون المحدثون « Neo - Freudians » :

١ — الفريد أدلر :

هو أحد أتباع « فرويد » ، انفصل عنه وأنشأ مدرسة فى فيينا عام ١٩١٢ عارضت آراء فرويد ، وكون مدرسته الخاصة فى العلاج النفسى باسم « جماعة علم النفس الفردى » • وقد عارض « أدلر » آراء فرويد وانتقدها ، وأقام سيكولوجية جديدة تقوم على الأسس الآتية (٢٠) :

---

(٢٠) فرج أحمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم ( ترجمة ) : نظريات الشخصية • القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ١٦٢ .

— دراسة قصور الفرد وما يتبعه من تعويض •  
— الايمان بأن الغائية ( الأهداف النهائية ) هي التي تحكم قياد  
تحكم التعويض •

— أسلوب الحياة وأثره في توجيه سلوك الفرد •  
— أثر الجماعة ( الاهتمام الاجتماعي ) •  
— الذات الخلقة •

تحدث أدلر عن نظرية القصور العضوى ، وكان يقصد بها قصور  
أحد أعضاء البدن من حيث استكمال نموه أو توقفه أو عدم كفايته  
الوظيفية أو عجزه عن العمل • ان وجود القصور البدنى يؤثر على حياة  
الشخص فى شتى نواحيها • ويزيد من شعوره بالنقص والافتقار الى  
الأمن • ويرجع ذلك الى التفسير الذاتى الذى يقوم به الشخص للموقف  
الذى يواجهه ، وهو اتجاه يرتد به الى مرحلة الطفولة • ويرى أدلر  
أن شعور الفرد بالنقص أو القصور يدفعه — منذ الصغر — الى البحث  
عما يضمن له الأمن ويخفف من حدة شعوره بالضعف والتواكل • وقد  
يكون تعويض الفرد عن شعوره بالقصور تعويضاً مباشراً أو غير  
مباشر (٢١) •

ويرى « أدلر » أن الشخصية لا يمكن أن تتكون وتنمو الا اذا  
كانت النفس البشرية تتجه فى نشاطها اتجاهاً غائياً ، لأن الغاية التى  
يسعى نحوها الشخص وينشط لتحقيقها هي العامل المهم فى توجيهه •  
وبمعنى آخر ، فان توقعات الانسان نحو المستقبل انما تنظم حياته ، أى  
أن أهداف المستقبل التى يتبناها الفرد تؤثر فى سلوكه الحاضر •  
وبذلك ينظر علم النفس الفردى الى كل ما يصدر عن النفس الانسانية  
كأنه موجه نحو غاية معينة •

ويمثل مفهوم « أدلر » عن « أسلوب الحياة » نظريته الى  
الشخصية الانسانية من حيث تنظيمها واتساقها وتفردها • فيعتقد أن

الأهداف الانسانية تدور أساسا حول الميل الى احرار التفوق أو الأفضلية ، ويحقق كل فرد هذا الهدف بطرق مختلفة • وتمثل هذه الطرق المختلفة فى محاولة تحقيق هدف الحياة ، أسلوب حياة الفرد ، وهو الأسلوب الذى يستطيع به أن يحقق هدفه • وتنظم كل جوانب حياة الفرد وكل أنماط تصرغاته حول هذا الأسلوب • ويمكن القول — بناء على مفهوم « أدلر » — أن أسلوب الحياة هو مفهوم يتضمن كل جانب من جوانب حياة الفرد التى فيها يسعى الى تحقيق هدف الحياة بخطة متميزة وباستخدام وسائل معينة • أى أن أسلوب الحياة يمثل المحور الذى تدور حوله كافة جوانب حياة الفرد سعيا وراء تحقيق هدف الحياة •

ولقد اهتم « أدلر » بالمشكلات المتعلقة بالتنافس والطموح وشعور الفرد بتتكر المجتمع له ومعاداته آياه ، وبالدافع الى التغلب والانتصار أو الرضوخ والهزيمة • وقد تحول انتباه « أدلر » من البحث فى التطور الجنسى للفرد الى البحث فى أنماط النجاح والفشل التى مر بها ، أو بمعنى آخر فى أسلوب حياته • وكان « أدلر » يعنى أن يصل الى الصورة السلوكية المميزة للفرد عندما يستجيب لمواقف الفشل أو النجاح أو تحمل المسؤولية أو المواقف التى تستلزم المنافسة أو المبادأة أو ما أشبه • وكان يعزو هذا الأسلوب المميز لسلوك الفرد الى أنماط معينة من الخبرة يمر بها الفرد فى حياته ، أو بمعنى آخر الى الطريقة التى كان يواجه بها الفرد الموقف عندما كان يندفع الى انبعاث رغبته فى الحصول على الاعتراف والتقدير عندما كان طفلا •

ويعتبر مفهوم « الذات الخلاقة » السبب الأول لكل ما هو إنسانى • أن الذات الموحدة الثابتة والخلاقة هى صاحبة السيادة فى بناء الشخصية • ويصعب وصف الذات للخلاقة ، فاننا نلمس آثارها ولكننا لا نستطيع رؤيتها ذاتها • انها شىء يحتل مكانا متوسطا بين المنبهات المؤثرة فى الشخص والاستجابات التى يستجيب بها لهذه المؤثرات أو المنبهات • ونظرية الذات الخلاقة هى فى جوهرها أن الانسان يصنع شخصيته ، فهو يبنئها من المادة الخام ، كما أن البيئة



ترود الانسان بالقدرات والخبرات والانطباعات ، وهى اللبنة التى يستخدمها بطريقته الذاتية الخلاقة فى بناء اتجاهه نحو الحياة (٢٢) .

وعلى أى الحالات فقد وسعت النظريات التى طورها « أدلر » آفاق علم النفس الفرويدى ، بإفساح المجال للمحددات الاجتماعية للشخصية ولكن عددا من النقاد قد هون من أصالة هذه النظريات الاجتماعية — النفسية . فهم يقولون إن مثل هذه النظريات تنمى فحسب وإعادة صياغة جانب واحد من التحليل النفسى التقليدى ، أى الأنا ودفاعاته وأنه باختزال الشخص الى مجرد نظام « الأنا » ، فإن أصحاب النظرية الشخصية الاجتماعية — ومنهم أدلر — ينزعون الشخصية من منابع الحيوية للسلوك الانسانى ، وهى المنابع التى يرجع مصدرها النهائى الى تطور الانسان كنوع ، وأن اقتضار هذه النظريات على الطابع الاجتماعى لشخصية الانسان وتضخيمها له ، يؤدى الى اغتراب الانسان عن تراثه البيولوجى العظيم .

## ٢ — كارل يونج :

اختلف « يونج » مع أستاذه « فرويد » ، اذ رفض فكرة السيطرة الكاملة للميول الجنسية فى الحياة النفسية التى آمن بها فرويد . فقد كان « يونج » يرى أن الجنس ، على ما له من أهمية فى حياة الفرد ، لا يتفق مع رغبة الانسان فى الحياة الموفرة التى لا يمكن أن تقتصر على الدافع الجنسى أو تشتق منه . ويعتبر « يونج » أن « الليبدو » هو « الطاقة النفسية » أو « طاقة الحياة » التى تتضمن — علاوة على الجنس — الأفكار والمشاعر والرغبات والحاجات البيولوجية .

ويطلق « يونج » على العقل الواعى مصطلح « الأنا » الذى يتكون من المحركات والذكريات والمشاعر والأفكار الواعية . أما العمليات اللاشعورية فهى تمثل عنصرا هاما فى تنظيم الشخصية ، وتلعب دورا رئيسيا فى توجيه السلوك الانسانى وتوجيه الخبرة .

ويحدد يونج تقسيمين أساسيين للتركيب اللاشعوري للشخصية هما :  
اللاشعور الشخصي ، واللاشعور الجمعي .

١ — « فاللاشعور الشخصي » ( Personal Unconscience )  
يتكون من الخبرات التي يكتسبها الفرد في حياته ، وكانت هذه الخبرات  
في الأصل شعورية ثم صارت لا شعورية بسبب عوامل الكبت . ولما كان  
اللاشعور الشخصي يستند الى خبرات الفرد المتنوعة في الحياة ، فانه  
يختلف من فرد لآخر بدرجة كبيرة . ويتركب اللاشعور الشخصي من  
المعقد وهي عبارة عن الأفكار والمشاعر والذكريات والمدرجات المكبوتة .

٢ — يعتبر « اللاشعور الجمعي » ( Collective Unconscience )  
أحد الجوانب الأكثر كموناً في الشخصية ، ويميل — في حالات  
الاضطراب النفسي — الى السيطرة على « الأنا » واللاشعور الشخصي  
في توجيه الفرد . ويتكون اللاشعور من ذكريات كامنة موروثة عن الماضي  
السالف للسلالة الانسانية ، واذا نشطت هذه الذكريات الكامنة في  
حاضر الفرد فانها تؤدي به الى الفوضى والاضطراب (٣٣) .

ويعتبر مفهوم الذات عند « يونج » أحد الاختلافات الواضحة بينه  
وبين « فرويد » . فينظر « يونج » الى الذات على أنها مجموعة من  
المبادئ التنظيمية في الشخصية ، وتزود هذه المبادئ الشخصية  
بالوحدة والاستقرار التي تعتبر — في نظر يونج — الهدف من الحياة  
الذي يسعى اليه كل فرد . ويرى « يونج » أن السعى وراء هذه  
الأهداف وتحقيقها لا يتم غالباً الا عن طريق الدين . وهذا الاتجاه  
يعتبر خاصية أساسية تتميز بها نظرية « يونج » ، وهي التي أضفت  
على علم النفس التحليلي صبغة دينية .

وتعتبر مفاهيم « يونج » عن طوبولوجية الشخصية من أعم  
مفاهيمه انتشاراً . فقد ميز نمطين أساسيين في الشخصية : الانبساط  
والانطواء . ويمثل نمط الشخصية المنبسطة تنظيماً لها نحو العالم

الخارجي ، فالشخص المنبسط تتجه حركاته نحو العلاقات الموضوعية ، وينصرف اهتمامه الى الحوادث الخارجية ، وهو أكثر اتصالا بحياة الواقع ، ويستطيع أن يعبر عن نفسه بسهولة في علاقاته مع الآخرين . ويمثل نمط الشخصية المنطوية تنظيما لها نحو العالم الداخلي الذاتي . فالشخص الانطوائي يتخذ موقف الدفاع ضد الالتزامات والمطالب الخارجية ، في حين يركز اهتمامه على حاجاته ومطالبه الذاتية التي يعتبرها محور نشاطه في الحياة . والانطوائي يميل الى التفكير والتأمل والتخيل وتعوزه سهولة التعبير عن ذاته مع الآخرين .

تتميز نظرية « يونج » عن بقية المناهج الأخرى في دراسة الشخصية بما تعطيه من تأكيد قوى للأصول العنصرية والخاصة بنمو الجنس البشري بأسره وفي تكوين الشخصية . فهو ينظر الى الشخصية باعتبارها نتاجا ووعاء يحتوى على تاريخ أسلاف الفرد . . ان فرويد يؤكد الأصول الطفلية للشخصية ، في حين يؤكد يونج الأصول العنصرية للشخصية . . ان الاحترام العظيم الذي يكنه يونج للماضي العنصري للانسان يعنى أن يونج — أكثر من أى عالم آخر من علماء النفس — قد نقب وبحث في تاريخ الانسان ليتعلم بقدر ما يستطيع الأصول العنصرية للشخصية وتطورها .

وعلى الرغم من أن نظرية « يونج » في الشخصية تعتبر نظرية في التحليل النفسى بسبب تأكيدها للعمليات اللاشعورية ، فانها تختلف عن نظرية « فرويد » للشخصية في جوانب هامة . وربما كانت أبرز سمات نظرة يونج الى الانسان وأكثرها تمايزا أنها تجمع بين الغائية والعلية . فسلوك الانسان ليس مشروطا بتاريخه الفردى والعنصرى فحسب ( العلية ) ، بل يرتبط أيضا بأهدافه وطموحه ( الغائية ) ، وبالماضى كواقع وبالمستقبل كامكان يقود سلوك الفرد في الحاضر . . ان نظرة يونج الى الشخصية نظرة الى المستقبل ، بمعنى أنها تنظر الى الأمام متطلعة الى مستقبل نمو الشخص والى تطوره ، كما أنها تنظر الى الخلف بمعنى أنها تضع الماضى في اعتبارها . . أى أن الانسان تحركه الأهداف بقدر ما تحركه الأسباب .



ان نظرية يونج فى الشخصية ، كما طورها فى كتاباته الغزيرة ، وكما تطبق على نطاق واسع فى مجال الظواهر الانسانية ، تقف كواحدة من أبرز الانجازات فى الفكر الحديث . ان أصالة يونج وشجاعته قل أن تجد نظيرا لهما فى تاريخ العلم الحديث . ان أفكاره تستحق أوثق الاهتمام من كل دارس جاد فى علم النفس (٢٤) .

### ٣ — أوتو رانك :

يعتبر « رانك » أن الميلاد صدمة رهيبية فى حياة الفرد . . فالأم والجنين عبارة عن وحدة واحدة ويعتبر الميلاد نهاية لهذه الوحدة لأن انفصال الوليد عن الرحم يعتبر تغييرا فجائيا فى حياة الطفل الوليد . ويرى « رانك » أن الميلاد هو أشد حالات القلق التى يواجهها المرء فى حياته ، وهى ما يسميه « بالقلق الأولى » (٢٥) ويعتقد « رانك » أن كل شخص يحتاج الى زمن الطفولة كى يتغلب على « صدمة الميلاد » بصورة طبيعية ، ويعتبر أن العصابى هو ذلك الشخص الذى لا ينجح فى هذه المحاولة . ويسير الطفل فى اتجاهين مختلفين :

١ — الرغبة فى التوحد ، أى الرغبة فى تكوين وحدة بينه وبين البيئة حتى لا يشعر بالخوف من الاستقلال والفردية ، ويطلق « رانك » على ذلك مصطلح « خوف الحياة » .

٢ — الرغبة فى الاستقلال والتفرد ( Individualization ) (٢٦) .

وينظر « رانك » للحياة كنضال بين الخوف من الحياة والخوف من الموت ، ونتيجة هذا النضال هى وجود توازن بين القوى الدافعة فى الفرد ، ويناقش « رانك » عملية الانفصال كصراع بين الارادات .

---

(٢٤) فرج أحمد فرج ، تدرى حفى ، لطفى فطيم (ترجمة) : نظريات شخصية . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ١٥٠ .

Bank, O.; Will Therapy . Truth, and Reality. (٢٥)  
New York : Knopf. 1945 . p.p. 219 - 220 .

Wolman, B.(ed.) Handbook of Clinical Psychology. (٢٦)  
New York : Mc Graw - Hill, 1965, p. 349.

« والارادة » هي القوة المتكاملة للشخصية ، وهي مضمون الانسان من حيث ايجاد علاقة حية نشطة بين ذاته وبين العالم الخارجى ، وهي علاقة خلاقة تسمح للفرد بأن يأخذ ويعطى ، ويغير ويتغير ، ويعمل ويكافح ويبدع . ولقد وجدت الارادة لأن الانسان يعيش فى عالم يستلزم الكفاح والجهد فى سبيل العيش ، حيث يواجه عقبات وعوائق طبيعية أو اجتماعية ، ويقابل هذه العقبات برد فعل مضاد أو « بارادة مضادة » .

وتبدأ الذات — أو الفردية — فى النمو عند الطفل عندما يلاحظ — نتيجة للخبرة — أنه هو ووالديه شيئان منفصلان ، وهنا يبدأ الطفل فى الشعور بضرورة تأكيد ذاته بطريقة سلبية ضد الوالد ، وذلك رغبة منه فى تحديد معالم ذاته . وخلال هذه العملية يحدث نوع من الصدام بين الارادات المختلفة : ارادة الأب من جهة وارادة الطفل المضادة من جهة أخرى ، مما يجعل الطفل يشعر بالاثم حيث يدين بالحب والولاء لوالديه . وعندما يستطيع التغلب على الشعور بالاثم ، يبدأ فى تكوين علاقات مع الآخرين بطريقة ايجابية . ان الطفل يحصل على تقبله لذاته فى مرحلة الطفولة عن طريق علاقات المحبة بوالديه ، وتقبل الوالدين للطفل كفرد مستقل .

وهنا يبرز مبدأ هام فى العلاج النفسى ، وهو فكرة « التقبل » ، أى تقبل المريض أو العميل من المعالج ، لأن الشخص العصابى يفتقد الشعور بالتقبل والمحبة من والديه . وعندما يرى هذا الشخص أن المعالج يتقبله فإنه يستطيع بالتالى أن يتقبل نفسه . ويتفق هذا المبدأ مع رأى « روجرز » صاحب نظرية « الذات » الى حد كبير .

#### ٤ — كارن هورنى :

ترى « هورنى » أن « القلق » استجابة انفعالية لخطر يكون موجهاً الى المكونات الأساسية للشخصية . ان الأفراد يختلفون من حيث نظرتهم للأمور التى تمثل قيمة حيوية لديهم ، وفقاً لاختلاف ثقافات الأفراد وبيئاتهم ومراحل نموهم . وغالباً ما يصاحب القلق بعض ( ٤ — الشخصية السوية )

التغيرات الفسيولوجية والأعراض الجسمية كخفق القلب وتصبب العرق والاسهال وعسر الهضم (٢٧) .

وتعترض « هورنى » على « فرويد » لأنه أرجع العصاب الى عوامل بيولوجية ، ولم يرجعها الى مشكلات المجتمع كالعداء والشهرة والتنافس والانعزال وغيرها من العوامل الاجتماعية . وترى « هورنى » أن العوامل الأولية التى تسبب العصاب يجب البحث عنها وراء الثقافة ، ووراء الظروف التى تسبب الانعزال والخوف والشعور بالضعف وفقد الأمن . وقد أشارت « هورنى » الى العوامل الثقافية التى تولد العصاب ، والتى تتلخص فى : التنافس والفردية ، وعدم المساواة ، والاستغلال . واضطراب العلاقات الانسانية الذى ينشأ عن العوامل السابق ذكرها يسبب الانعزال الوجدانى والشعور بفراغ الحياة وفقدان التوازن النفسى . ومن الواضح أن شعور الفرد بالعجز يرجع فى أساسه الى الفشل سواء أكان فشلا اجتماعيا أم اقتصاديا أم عاطفيا ، فان الفشل — أيا كان نوعه أو مصدره — يخلق فى النفس عدم الثقة ويجعل الفرد يشعر بالعجز والضعف وعدم المقدرة على احراز النجاح فى أى مجال من مجالات الحياة .

وترى « هورنى » أن هناك أربعة وسائل يلجأ اليها ليحمى نفسه من القلق (٢٨) :

- ١ — الحصول على الحب فى أية صورة من صورته حتى يتجنب الصدام مع الآخرين .
- ٢ — الخضوع والخنوع للآخرين وللمؤسسات أو النظم التى فى مركز القوة والسيطرة بأمل ألا يصيبه منها أى ضرر .
- ٣ — الحصول على القوة — عن طريق احراز النجاح ، والتمكك والاعجاب والتقدير ، والتفوق والتمايز — حتى يتجنب أذى الآخرين .

---

Horney, K.; *The Neurotic Personality of Our Time*. (٢٧)  
New York : Norton, 1937, p.p. 80 - 81.

Horney . K., *Neurosis and Human Growth*. New (٢٨)  
York : Norton, 1950.



٤ — الانسحاب الانفعالي من الآخرين ، عن طريق الانفصال الانفعالي عنهم ، حتى لا يصاب الفرد بأذى من الآخرين . وتكون هذه الوسائل الأربعة لحماية النفس دافعية قوية للتحرر من القلق . ويلاحظ أنه بالنسبة لتعدد ظروف الحياة فإنه يتعذر متابعة كل وسيلة من الوسائل الأربعة بمفردها ، اذ غالبا ما يندمج الفرد في أكثر من وسيلة يمارسها في ذات الوقت وخاصة عند محاولة الحصول على الحب والحصول على القوة . ونتيجة لذلك تتجسم نواحي الصراع والقلق التي يعاني منها الفرد .

#### ٥ — ايريك فروم :

يرى « فروم » أن الشخصية هي مجموعة من الصفات النفسية الموروثة والمكتسبة التي تجعل من الفرد شخصا فريدا . ويحذو « فروم » حذو أبقرات في تصنيف الأمزجة الى صفراوى ودموى وبلغمى وسوداوى ، مع معرفة شىء عن خلق الشخص أو طابعه والحالة التي هو فيها . ويستند أساس خلق الشخص أو طابعه الى العلاقة التي يعقدها مع الوسط المحيط به . وعندما ينتظم النشاط البشرى في أسلوب خلقى يكون اتجاه الشخص نحو الحياة صعب التغيير ، وبالتالي فإن خلقه يحدد النمط الذى يتخذه سلوكه ويضفى عليه طابعا مميزا (٢٩) .

ويحدد « فروم » خمسة تصنيفات للشخصية وفقا للخلق السائد في كل منها (٣٠) :

( أ ) الشخصية التلقائية : يتسم أصحاب هذه الشخصية بالنزعة التواكلية السلبية ، اذ يعتقد الشخص أن كل شىء يحتاج إليه أو يرغب فيه يجب أن يصل إليه أو يتوفر له ، دون بذل أى جهد أو سعى من جانبه ، بل يوفره له مصدر خارجى .

---

Fromm, E., *Escape from Freedom*. New York : (٢٩)

Holt, 1941. p. 13 .

Fromm . E ., *Man for Himself*. New York : (٣٠.)

Holt, 1947 .

(ب) الشخصية الاستغلالية : يتسم أصحاب هذه الشخصية بالاستغلال ومحاولتهم الحصول على كل شيء من الآخرين بالقوة أو الحيلة ، ويعتبرون الجميع هدفا لاستغلالهم . وتتجه هذه الشخصية نحو العدوان والاحتياال ، وتتنصف بالغيرة والحسد والارتياب والاستخفاف بالآخرين .

(ج) الشخصية الادخارية : يتسم أصحاب الشخصيات الادخارية بضعف الايمان فى أى شيء جديد يحصلون عليه من الخارج ، ويعتمد شعورهم بالأمن على الادخار والتوفير ، ويشعرون بأن الانفاق يهدد حياتهم ويثير القلق فى نفوسهم . والشخص المدخر عادة مرتب منظم ، محدود القدرة العقلية ، ويجد فى الفردية والانعزال أمنا وطمأنينة .

(د) الشخصية المساوغة : يشعر أصحاب هذه الشخصية بأن شخصياتهم سلع تباع وتشترى ، وتتأثر بمتطلبات الآخرين المتغيرة ، ويعتبرون الناجح هو من له قيمة والفاشل من لا قيمة له . وهم يشعرون عادة بالفراغ والقلق .

(هـ) الشخصية المنتجة : الانسان كائن اجتماعى منتج . ولا يقتصر مفهوم الانتاجية عند « فروم » على الانتاج المادى فحسب ، بل ان الانتاجية بأوسع معانيها هى مقدره الانسان على استخدام قواه العقلية والحسية وتحقيق امكانياته الكامنة فيه . والشخص المنتج يستطيع أن يفكر تفكيرا مستقلا ، وأن يحترم نفسه ورفاقه ، ولا يعانى من الكبت أو القلق ، ويستطيع أن يثبت ذاته ويستمتع بحياته .

ويقرر « فروم » أنه عندما يسود الاتجاه الانتاجى عند شخص ما ، حينئذ يتحول أى من عناصر الاتجاهات غير المنتجة الأربعة التى توجد فى الشخص وتتخذ مزايا ايجابية مساعدة للحياة .

ويعتبر « فروم » أن العصاب هو أحد مظاهر الفشل الأخلاقى ، وان كان التكيف لا يدل بأى حال على النجاح الأخلاقى . وتمثل الأمراض العصابية غالبا تعبيرات نموذجية لبعض مشاكل الانسان الحديث الذى يعانى القلق والحيرة . ويعتقد « فروم » أن العيش

بطريقة منتجة هو العيش فى نطاق الفضيلة ، أما الرذيلة فتنشأ من تشويه الذات وعدم مبالاة الانسان بنفسه وازدراؤه لذاته وتحقيره اياها (٣١) .

## ٦ — هارى ستاك سوليفان :

تمثل « الدينامية » و « دينامية الذات » مفاهيم أساسية فى نظرية « سوليفان » . ويعرف « الدينامية » بأنها عبارة عن تناسق للطاقة دائم نسبيا ، يظهر فى عمليات يمكن تمييزها فى اطار العلاقات الشخصية بالآخرين . أى أن مفهوم الدينامية يشير الى الطريقة التى تنتظم بها الطاقة وتوجه فى الجسم البشرى ، ويعتبر « سوليفان » الطاقة هى الطاقة الجسمية العضوية ويرفض فكرة الطاقة النفسية . ويلعب مفهوم « دينامية الذات » دورا هاما فى تنظيم السلوك . وهو عبارة عن بناء مركب من خبرة الطفل الخاصة بنواحي النواب والعقاب ، اذ يكون الطفل متنبها لنواحي الرضا والحنان والتشجيع من الآخرين أو عدم الرضا والنبذ منهم . ومن خلال « دينامية الذات » يعمل الطفل على أن يركز اهتمامه على كل ما يسبب له استحسانا من جانب الآخرين ، وأن يتجنب كل ما يجلب عدم الاستحسان تجنباً للقلق . ومن ثم فإن الذات هى الشيء الوحيد الذى يمتلك خاصية التيقظ والانتباه لكل ما يدور فى محيط الفرد . . . وقد اهتم « سوليفان » — مثل هورنى وفروم — بأثر الجو العام للأسرة على النمو النفسى للطفل ، ولكنه لم يتناول بالتحليل ماهية العوامل الثقافية التى تؤثر على اتجاه الوالدين نحو الطفل (٣٢) .

وتتميز المراحل التى يحددها « سوليفان » للنمو الانسانى بوجود امكانيات للطفل فى كل مرحلة تجعله واعيا بوجه خاص لجوانب معينة من العلاقات الشخصية مع الآخرين فى بيئته وتجعله قادرا على أن

---

Fromm, E ., The Sane Society. New York : (٣١)  
Norton, 1955 .

Sullivan, H. S.; Conceptions of Modern Psychiatry, (٣٢)  
New York : Norton, 1953 .



يتفاعل معها • وتتخلص مراحل النمو التي ذكرها « سوليفان » فيما يأتي :

( أ ) مرحلة الحضانة : وتستمر حتى نضج مقدرة الطفل على استخدام اللغة •

( ب ) مرحلة الطفولة : وتستمر حتى نضج مقدرة الطفل على التعايش مع زملائه •

( ج ) مرحلة الحداثة : وتستمر حتى تنمو المقدرة على تبادل المودة مع الآخرين •

( د ) مرحلة ما قبل المراهقة : وتستمر حتى تنضج القوة الدينامية للاشتهااء الجنسي •

( هـ ) مرحلة المراهقة المبكرة : وتستمر الى بدء تبني سلوك الاشتهااء الجنسي •

( و ) مرحلة المراهقة المتأخرة : وتستمر حتى النضج •

ويلاحظ على هذا التقسيم لمراحل النمو أن « سوليفان » تجنب التحديد الزمني لهذه المراحل •

وتدور اتجاهات « سوليفان » في التحليل النفسي حول نظريته عن « العلاقات الشخصية » ، وقد ركز كل اهتمامه على الفرد ، ولب نظريته هو تكامل الكائن الحي في الوسط الذي يعيش فيه • ويقرر أن البقاء الانساني في الحياة يحتاج الى تغيير وتفاعل مستمر مع البيئة ، ويهتم بالوحدة الوظيفية للذات التي تنمو خلال سياق تفاعلاتها وعلاقاتها المشتركة مع الآخرين (٣٣) •

\*\*\*

خامسا — نظرية التعلم :

على الرغم من اهتمام الكثيرين من علماء النفس بدراسة « التعلم » الا أن مجال دراسة الشخصية لم يلق اهتماما كافيا من هذه الزاوية •

فلم يحاول غير عدد قليل أن يخرج من اطار ظاهرة التعلم البسيطة والتكوينات النظرية المشتقة منها الى موضوع الشخصية • وأهم التطبيقات فى هذه الناحية ما قام به «دولارد» و «ميللر» ، فقد استعاننا بالحقائق التى جاءت بها نظرية التحليل النفسى ، وما كشف عنه علم الاجتماع الحضارى ، بالاضافة الى المبادئ الأساسية التى جاءت بها نظرية « هل » ( Hull ) فى تفسير السلوك • فجاء عملهما تراوجا بين كل من الدقة العلمية التى تتميز بها نظرية « هل » وبين الحيوية والثراء الذى تتميز به نظرية التحليل النفسى ، مع عدم التخلّى عن انحنائى المقارنة التى أمدنا بها علم الاجتماعى الحضارى بالنسبة للاطار الثقافى وأثره فى التنشئة الاجتماعية للطفل ونمو شخصيته •

يقول « دولارد » و « ميللر » ان هناك أربعة مفاهيم عامة فى عملية التعلم ، وهذه المفاهيم هى : الدافع ، والدليل ، والاستجابة ، والتدعيم •

١ — فالدافع ، هو مثير قوى بدرجة كافية لدفع الفرد الى العمل ، فهو يحرك السلوك ولكنه لا يوجهه بمفرده •

٢ — والدليل ، عبارة عن مثير يوجه الفعل أو الاستجابة التى يصدرها الكائن الحى • فالدافع يثير الفعل ، ويتولى بعد ذلك الدليل توجيهه أو تحديد طبيعة الفعل أو الاستجابة •

٣ — والاستجابة ، مرحلة هامة فى نمو الكائن الحى • وتختلف الاستجابات من حيث احتمال صدورها بالنسبة لموقف ما •

٤ — ومتى صدرت الاستجابة فان مصيرها بعد ذلك يتحدد بناء على ما يعقبها من « تدعيم » ( Reinforcement ) أو « تثبيط » ( انطفاء ) ( Extinction ) فالأولى هى العملية التى تقوى بها الرابطة بين المثير والاستجابة ، أما الثانية فهى العملية التى تنحل بها هذه الرابطة • ويتم « التدعيم » عن طريق خفض الدافع أو خفض التوتر — الناشئ عن الدافع — عن طريق مكافأة الفعل أو الثواب الذى يعقب

الاستجابة • ويعتقد «دولارد» و «ميلر» أن عملية للتدعيم عن طريق خفض الدافع هي المبدأ الوحيد للتعلم • ومن شأن العادات التي تعلمناها في موقف معين أن تنتقل أو تعمم في مواقف أخرى • وكما أن هناك ميلا من الانسان الى أن يستجيب بنفس الاستجابة لمواقف مختلفة الى حد ما ، فان لديه كذلك ميلا الى أن يستجيب استجابات مختلفة لمواقف متشابهة الى حد ما ، وتسمى هذه العملية الأخيرة بعملية « التمييز » • وعلى هذا النحو تفرض البيئة على الفرد مطالب متعارضة من التعميم والتمييز (٣٤) •

ومن وجهة نظر «دولارد» و «ميلر» فان «الصراع» مكتسب أو متعلم • وتعتبر خبرات الطفولة ذات أهمية في تعلم الصراع ، فان تأثير المطالب المتصارعة النابعة من الطفل ومن البيئة قد تؤدي الى تعرضه للصراع في هذه المرحلة التكوينية الهامة من حياته • ويحدث الصراع في ثلاثة أشكال مختلفة :

- ١ — صراع الاقدام والاحجام ، وهو الذي يحدث بين دافعين يستثاران في نفس الوقت ، وفي اتجاهين متضادين •
  - ٢ — صراع الاقدام / الاقدام ، وهو الذي ينشأ بين دافعين كلاهما يدفع الفرد في نفس الوقت الى الاقتراب من هدف معين •
  - ٣ — صراع الاحجام / الاحجام ، وهو الذي ينشأ بين دافعين كلاهما يدفع الشخص في نفس الوقت الى الابتعاد عن هدف معين •
- لقد قدمت لنا نظرية التعلم معالجة علمية لموضوع الشخصية • والى جانب الدقة العلمية فانها ساعدت على تطبيق القوانين العملية وفتحت باب البحث التجريبي في ظواهر الشخصية على مصراعيه • وهكذا جعلت من الشخصية لأول مرة موضوعا للبحث العلمي ، وليست موضوعا للتأمل الفلسفي أو الكلام النظري غير المدعم بالأدلة والأسانيد التجريبية •





## سادسا — نظرية الذات :

هناك اتجاه آخر في دراسة الشخصية يؤكد أهمية « المجال الظاهري » ( Phenomenonological Field ) ، أى المجال كما يدركه الفرد ذاته ، على أساس أن الطريقة التى يدرك بها الشخص الأحداث المحيطة به أو التى تقع له تحدد الكيفية التى يتصرف بها • وهذا الاتجاه فى تفسير السلوك هو الذى قامت عليه أساسا نظرية الذات •

ومن أهم المفاهيم التى تؤكدتها نظرية « روجرز » <sup>(٣٥)</sup> فى الذات ما يأتى :

١ — مفهوم الكائن العضوى أو « الأورجانيزم » ( Organism ) الذى هو الفرد ككل •

٢ — مفهوم المجال الظاهري الذى هو مجموع الخبرات الفردية أو الخبرة فى كلياتها •

٣ — مفهوم الذات وهى ذلك الجزء من المجال الظاهري الذى يتكون من مجموعة من المدركات والقيم المتعلقة « بالذات » أو « الأنا » أو بالفرد كمصدر للخبرة والسلوك •

والذات هى المفهوم الأساسى الذى تجعل منه النظرية المحصور الأساسى للخبرة التى تحدد شخصية الفرد ، أو بمعنى آخر هى ذلك الجزء من المجال الظاهري الذى يتحدد على أساسه السلوك المميز للفرد • فكما أن ادراكنا للمواقف الخارجية هو الذى يحدد استجاباتنا الخاصة ازاء هذه المواقف ، كذلك فإن فكرتنا عن ذاتنا — أو الطريقة التى ندرك بها ذاتنا — هى التى تحدد نوع شخصيتنا ، وهى التى تحدد كيفية تصرفنا ازاء المواقف والأفراد ، وكيفية ادراكنا لهذه المواقف أو هؤلاء الأفراد • فالمواقف والأحداث الخارجية تتوقف قيمتها ومعناها بالنسبة للشخص على الصورة التى يدرك بها نفسه • ففكرة الشخص عن نفسه اذن هى القوة الرئيسية التى تقوم عليها شخصيته •

---

Rogers, C.; « Significant Aspects of Client — (٣٥)  
Centered Therapy » Amer, Psychologist, 1946, 1, 415 - 422.

وينظر « روجرز » الى مفهوم الذات كمفهوم متطور عن تفاعل الكائن الحي مع البيئة ، ولذلك يكشف الفرد عن ذاته من خلال خبراته مع الأحداث والأشخاص . وتبحث الذات عن اتساق لها ، فيتعرف الكائن الحي بطرق متسقة أو ثابتة مع مفهوم الذات ، وتمثل الخبرات غير المتسقة مع مفهوم الذات تهديدات للفرد قد تؤدي الى الاضطراب الانفعالي . ويذهب « روجرز » الى أن مفهوم الذات يمكن أن يتغير نتيجة للنضج والتعلم ، وعلى ذلك فإن ادراك العميل لذاته من خلال الإرشاد النفسى أو العلاج النفسى — يخضع لعدة تغيرات تقوده الى صورة أكثر واقعية عن ذاته ، وتحرر الفرد حتى يعمل على تحقيق ذاته (٣٦) .

ان مفهوم الذات ، بمعنى التنظيم السلوكى الادراكى الانفعالى الذى يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل ، هذا المفهوم يمثل متغيرا هاما من متغيرات الشخصية ، بل اننا فى الواقع لا يمكن أن نفهم الشخصية فهما كاملا الا اذا تضمنت هذا المتغير . اننا لا نستطيع أن نفهم سلوك الشخص الظاهرى ، سواء حكمنا على هذا السلوك بأنه سوى أو منحرف ، الا فى ضوء الصورة الكلية التى يكونها الفرد عن ذاته . فالوسائل الدفاعية المختلفة ، بما فى ذلك الأشكال المختلفة للمرض النفسى ، انما هى وسائل للدفاع عن الذات ككل ، وليست وسائل لاثباع دافع جزئى معين بالذات . كما أن جميع النواحي الأخرى للشخصية من صراع وقلق ودوافع وغيرها ، لا يمكن أن تفهم الا فى ضوء الصورة الكلية عن الذات .

وقد استخدم « سينج وكومز » (٣٧) مصطلح المجال الظاهرى — مثل « روجرز » — للإشارة الى البيئة السيكلوجية ، ولتأكيد فكرة

---

Rogers, C.; Client - Centered Therapy: Its Current (٣٦)  
Practice, Implications, and Theory. New York : Houghton  
Mifflin, 1951 .

Combs, A. ; and Syngg, D.; Individual Behavior. (٣٧)  
New York : Harper and Row, 1949.

أن كل سلوك إنما يتحدد بالمجال الظاهري للكائن الحي موضوع السلوك ويقسم « سينج » و « كومز » المجال الظاهري الى قسمين :

١ - الذات الظاهرية ( Phenomenal self ) وهي التي تتضمن كل الأجزاء في المجال الظاهري ، والتي يراها الفرد كجزء أو خاصية لذاته .

٢ - مفهوم الذات الذي يتكون من أجزاء للمجال الظاهري تتميز من طريق الفرد كخصائص محددة وثابتة لذاته .  
لقد أبرز « روجرز » طبيعة مفاهيم الذات ، وعلاقاتها المتداخلة في تسع عشرة قضية ، تتلخص في الآتي (٣٨) :

١ - « يوجد كل فرد في عالم من الخبرة دائم التغير ، ويشكل الفرد مركز هذا العالم » . وتشير كلمة الخبرة الى كل ما يدور بداخل الكائن في أية لحظة بما في ذلك العمليات الفسيولوجية والانطباعات الحسية والأنشطة الحركية . وهذا العالم من الخبرة لا يعرفه على حقيقته الا الفرد نفسه ، وعلى ذلك فان الفرد هو أحسن مصدر للمعلومات عن نفسه .

٢ - « يستجيب الكائن للمجال كما يمارسه أو يدركه ، وهذا المجال الإدراكي هو « الواقع » ( Reality ) بالنسبة للفرد » .  
وتؤكد هذه القضية أن الشخص لا يستجيب للمثيرات الخارجية أو الاضطرابات الداخلية كما هي ، وإنما يستجيب الى خبراته عن الظروف الدافعة أو المثيرة للسلوك . فالواقع عنده هو ما يظنه الحقيقة بصرف النظر عن احتمال أنه حقيقي أو غير حقيقي ، وهذا الواقع الذاتي هو الذي يحدد كيف يسلك . وعلى ذلك فان مجرد معرفة المثير لا تكفي للتنبؤ بالسلوك اذ يجب أن نعرف كيف يدرك الشخص المثير .

٣ - « يستجيب الكائن الحي الى المجال الظاهري ككل منظم »



وتشير كلمة « كل منظم » الى المفهوم الذى يؤكد أهمية دراسة الظاهرة من خلال الكائن الحى ( Organismic ) أو الكل ( Holistic ) فالكائن الحى بناء منظم على الدوام يعقب التغيير فى أحد أجزائه تغيير فى كل جزء آخر .

٤ — « للكائن الحى نزعة ( Tendency ) واحدة أساسية هي ابقاء وتقوية الكائن الحى الذى يعيش الخبرة » . وتقوم هذه الفكرة على أساس أن الكائن الحى نظام واحد يتميز بالدينامية ويعتبر الباعث الواحد فيه تفسيراً كافياً للسلوك بأكمله ، وأن الشخصية حين تفصح عن نفسها إنما تسير وفق الخطوط التى تحددها طبيعة الكائن الحى نفسه ، فهناك — من ناحية — قوة دافعة واحدة ، وهناك — من الناحية الأخرى — هدف واحد للحياة . ولا يتم للفرد تحقيق ذاته دون كفاح أو مشقة ، ولكنه يتصدى للكفاح ويتحمل المشقة لما لدافع النمو من أثر بالغ القوة عليه .

٥ — « السلوك فى أساسه محاولة موجهة نحو هدف هو اشباع الحاجات التى يخبرها الكائن الحى فى مجاله كما يدركه » .

٦ — « يصاحب الانفعال السلوك الموجه نحو هدف ويسهل له مهمته بوجه عام ، فيرتبط نوع الانفعال بتلك النواحي من السلوك التى تجد فى الطلب وذلك مقابل النواحي الاستهلاكية للسلوك ، كما ترتبط شدته بمدى الأهمية المحركة للسلوك فى الحفاظ على الكائن الحى وتدعيمه » . وتعتمد هذه القضية على النظرية القائلة بأن الانفعال ليس عاملاً من عوامل الهدم بل هو شىء نافع لتحقيق التوافق . فإذا أخذنا انفعالات الاستثارة وجدنا الغضب مساعداً للفرد على سلوك السعى والكفاح ، أما الانفعالات التى هي أكثر هدوءاً مثل الشعور بالرضا فتساعده على الفعل الاستهلاكى لموضوع الهدف . فالغضب يدفع الشخص الى بذل مجهود مضاعف للحصول على الطعام ، فى حين يسهل الشعور بالرضا مهمة هضم الغذاء الذى أكله الفرد . وتتباين شدة الانفعال طبقاً لما يحمله الموقف من دلالة بالنسبة للفرد ، فإذا تهددت حياته بالخطر زادت شدة خوفه ، أما اذا كان الخطر تافهاً فسيقل خوفه .

٧ - « ان أحسن موقع ممكن لفهم السلوك هو من خلال الاطار المرجعى الداخلى للفرد نفسه » . وتبرز هذه القضية ايمان روجرز بتقارير الفرد عن نفسه كمصدر ممتاز للبيانات الذاتية النفسية . ويعترف روجرز بأن تقارير الفرد عن نفسه لا تعطى صورة كاملة لشخصيته أو تكشف عن كل محددات سلوكه . . فقد يكون الشخص واعيا بأسباب سلوكه ولكنه لا يستطيع أن يعبر عنها بكلمات تفصح عن المعنى الذى يقصده . وقد لا يكون الفرد واعيا بكل خبراته ، وفى هذه الحالة يصبح نقلها للآخرين أمرا غير ممكن . وقد يكون الفرد واعيا بخبراته وقادرا على التعبير عنها غير أنه لا يريد أن يفعل ذلك ، وإذا فرض عليه أى ضغط للدلاء باجابة عمد الى التمويه على من يسأله . وعلى الرغم من هذه العقبات يفضل روجرز استخدام تقارير الفرد عن نفسه كمحاولة لفهم الشخصية والسلوك من خلال اطار الشخص المرجعى الخاص كما يفصح عن نفسه فى الموقف المشجع للعلاج المتمركز حول العميل » ( Client - Centered Therapy ) .

٨ - « يتميز جزء من المجال الادراكى الكلى بالتدرج ليكون الذات » . يؤكد روجرز أن الذات الظاهرية تتميز فى المجال الادراكى الكلى ، والذات هى وعى الفرد بوجوده ونشاطه ، أو هى مجموع الخبرات التى تنسب جميعها الى شئ واحد هو « أنا » أو ضمير المتكلم .

٩ - « نتيجة للتفاعل مع البيئة يتكون بناء للذات ، وهو نمط تصورى منظم من مدركات وعلاقات الـ « أنا » وضمير المتكلم مع القيم التى ترتبط بهذه المفاهيم » . فمن بين أنواع التمييز التى يتعلمها الطفل تمييزه لذاته كشيء بارز عن البيئة التى يعيش فيها ، كما يدرك أن بعض هذه الأشياء تخصه فى حين ينتمى بعضها الآخر الى البيئة . كما يبدأ فى بناء تصور خاص عن نفسه فى علاقته بالبيئة ، وتصبح لهذه الخبرات والعلاقات قيمة ايجابية أو سلبية . ولا تضاف القيم الى صورة الذات كنتيجة للخبرة المباشرة بالبيئة فحسب ، بل

قد تؤخذ هذه القيم عن الآخرين ويدركها الشخص كما لو كان قد خبرها بنفسه مباشرة .

١٠ — « القيم المرتبطة بالخبرات والقيم التي تشكل جزءا من بناء الذات هي في بعض الحالات قيم يخبرها الكائن الحي بصورة مباشرة ، وفي بعض الحالات قيم يأخذها عن آخرين ولكن تدرك بصورة مشوهة كما لو كانت خبرت بطريقة مباشرة » . فيعاني الطفل الذي عاقبه والداه على فعل يراه مصدر لذة صراعا بين رغبة في اجتلاب اللذة ورغبة في تجنب الألم ، مما يضطر الطفل الى مراجعة صورة ذاته ومجموعة القيم لديه ، وتؤدي هذه المراجعة الى تشويه قيم الطفل ومشاعره . وتخف حدة الصراع بين القيم بتقبل الوالدين لقيم طفلها ، ولو كانا لا يوافقانه عليها . وفي هذه الحالة يختفى عند الطفل كل تهديد لصورة ذاته ويصبح بإمكانه أن ينمي ذاتا صحيحة البناء خالية من كل انكار أو تشويه للخبرات .

١١ — « تتحول خبرات الفرد التي تحدث في حياته ( أ ) الى صورة رمزية تدرك وتنظم في علاقة ما مع الذات ، أو ( ب ) يتجاهلها الفرد حيث لا تدرك لها علاقة ببناء الذات ، أو ( ج ) يحال بينها وبين الوصول الى صورة رمزية أو تعطى لها صورة رمزية مشوهة لأنها لا تتسق مع بناء الذات » . وتسلم هذه القضية بأن الادراك انتقائي ويتحدد بمحك أساسي هو مدى اتساق الخبرة مع صورة الذات لدى الفرد في أثناء عملية الادراك .

١٢ — « تتسق معظم الطرق التي يختارها الفرد لسلوكه مع مفهومه عن نفسه » . وبناء على هذه القضية فإن أحسن طريقة لاهداث تعديل في السلوك هي باحداث تغيير في مفهوم الذات ، وهذا هو ما تحاوله نظرية « العلاج المتمركز حول العميل » حيث انه علاج متمركز حول الذات .

١٣ — « قد يصدر السلوك عن خبرات وحاجات عضوية لم تصل الى مستوى التعبير الرمزي ، وربما لا يتسق هذا السلوك مع بناء الذات ، وفي مثل هذه الحالات لا يكون السلوك متميا للفرد » .



عندما نأخذ القضيتين ١٢ ، ١٣ معا فى اعتبارنا يتبين لنا أن روجرز يبرز وجود جهازين لتنظيم السلوك ، الذات والكائن الحى • وقد يعمل هذان الجهازان معا فى تعاون وانسجام أو يعارض كل منهما الآخر فتكون النتيجة توترا وسوء توافق كما سيتبين فى القضية ١٤ ، أما إذا عملا معا وتكون النتيجة تكييفا صحيحا كما توضح القضية ١٥ •

١٤ — « ينشأ سوء التوافق النفسى حين يمنع الكائن الحى عددا من خبراته الحسية والحشوية ذات الدلالة من بلوغ مرتبة الوعي ، ويؤدى هذا بدوره الى الحيلولة دون تحول هذه الخبرات الى صور رمزية والى عدم انتظامها فى جشطالت بناء الذات ، ويسبب مثل هذا الموقف قدرا كبيرا أو أساسيا من التوتر النفسى » •

١٥ — يتوافر التوافق النفسى عندما يصبح مفهوم الذات فى وضع يسمح لكل الخبرات الحسية والحشوية للكائن الحى بأن تصبح متمثلة فى مستوى رمزى وعلى علاقة ثابتة ومتسقة مع مفهوم الذات « فبمثل ما لفرويد من « هو » و « أنا » وليونج من « شعور » و « لا شعور » ، فان لروجرز أيضا جهازين هما « الكائن الحى » و « الذات » وقد يعارض كل منهما الآخر • وقد يمنع الكائن الحى بعض الخبرات التى لا تتسق مع الذات من أن تصبح شعورية ، كما أن الذات لديها القدرة على اختيار الخبرات التى تتسق مع بنائها •

١٦ — « تدرك أية خبرة لا تتسق مع تنظيم أو بناء الذات كتهديد ، وكلما زاد هذا النوع من المحركات ازداد الجمود فى تنظيم بناء الذات حتى يتسنى له المحافظة على بقائه » • فتقيم الذات دفاعاتها ضد الخبرات المهددة عن طريق انكارها على مستوى الشعور وهى اذ تفعل ذلك تريد صورة الذات تباعدا عن واقع الكائن الحى • وهكذا تنقطع الصلة بين الذات والخبرات الفعلية للكائن الحى ، وينشأ التوتر نتيجة للمعارضة المتزايدة بين الواقع والذات ، وينتج عن ذلك أن يزداد سوء توافق الفرد •

ويمكن ازالة حدة هذا الموقف من خلال « العلاج المتمركز حول

العميل « حيث يمكن أحداث التكامل المتناسق بين الذات والكائن الحى .

١٧ — « فى ظل ظروف خاصة تتضمن أساسا استبعاد أى تهديد للذات ، يصبح ادراك الخبرات التى لا تتسق مع مفهوم الذات أمرا ممكنا ، كما يمكن مراجعة بناء الذات بشكل يسمح بتمثل هذه الخبرات وجعلها متضمنة فى بناء الذات » .

ففى العلاج المتمركز حول العميل يجد الشخص نفسه فى موقف خال من كل تهديد بسبب تقبل المعالج له ، مما يشجعه على الكشف عن الجوانب اللاشعورية فى ذاته ورفعها الى مستوى الوعى .

١٨ — « عندما يدرك الشخص ويتقبل كل خبراته الحسية والحشوية فى شكل متسق ومتكامل فانه يصبح بالضرورة أكثر تفهما للآخرين وأكثر تقبلا لهم كأشخاص منفصلين » . فعندما يتقبل الشخص مشاعره الذاتية الجنسية والعدوانية فانه يصبح أكثر احتمالا لتعبير الآخرين عن هذه المشاعر ، وتكون النتيجة أن تتحسن علاقاته الاجتماعية وتقل احتمالات التعرض للصراعات الاجتماعية .

١٩ — « عندما يدرك الشخص ويتقبل فى بناء ذاته المزيد من خبراته العضوية يكشف أنه يستبدل جهاز القيم الحالى لديه — وهو قائم أساسا على ما استمدجه عن الآخرين وأعطى له صورة رمزية مشوهة — بعملية تقييم متصلة ومستمرة » . فحتى يتحقق للفرد توافق صحى متكامل لابد له من أن يقيم خبراته باستمرار حتى يحدد ما اذا كانت هناك ضرورة لاحداث تعديل فى بناء القيم . فان وجود مجموعة ثابتة من القيم يمنع الفرد من الاستجابة الفعالة للخبرات الجديدة . ولا بد من أن يكون الفرد مرنا حتى يصبح بإمكانه أن يتكيف تكيفا مناسباً لظروف الحياة المتغيرة .

## ● وجهة نظر :

بعد هذا العرض الموجز للنظريات المختلفة للشخصية ، ومناقشة الآراء والمدارس الفكرية المختلفة التي تعرضت لبحث هذا الموضوع الحيوى الهام ، يبدو من المعقول - من وجهة نظر الباحث - عقد مقارنة سريعة بين أهم النظريات • ولا شك فى أن النظرية لا تعتبر مفيدة الا اذا جعلت هدفها من دراسة الظواهر البحث عن الأسباب أو العوامل الفعالة التي تعتبر مسئولة عن حدوث تلك الظواهر • وقد سار « فرويد » فى منهجه متبعا للأسلوب العلمى فى التفكير من حيث ارتباط الأسباب بالمسببات فى علاقات وظيفية تجعل من الثانية محصلة للأولى • كما وجهت نظرية التحليل النفسى الأنظار الى الأسلوب التكويني أو التطورى الذى يبحث فى ثانيا الماضى عن عوامل فعالة فى الحاضر ، ويفسر الحاضر فى ضوء التاريخ التطورى له • ومن شأن هذه النظرة أن تجعل من السلوك والشخصية ظاهرة ديناميكية ، وهى شىء قد أصبح متفقا عليه الآن • ولا يتم استكمال هذا الأسلوب العلمى الا اذا نظرنا الى التاريخ الماضى للشخصية فى صورة أحداث مادية معينة محددة يتعرض لها الفرد فى حياته الأولى وتؤثر على سلوكه مستقبلا • وهذا هو ما فعلته « نظرية التعلم » ، فلقد أرجعت أحداث الطفولة المبكرة الى نظم محددة من الثواب والعقاب والاحباط والتشبيط ، يتعرض لها الطفل فى حياته الأولى ، وهذه النظم يحددها نوع الثقافة التى يعيش فيها الفرد • وتتمثل هذه النظم فى القيم والاتجاهات والأهداف التى تسود المجتمع وتؤثر فى نوع معاملة الأبوين للطفل • ومن شأن تحديد العوامل الفعالة التى تؤثر فى شخصية الطفل وسلوكه أن تفتح آفاقا واسعة أمام البحث العلمى •

ومن الناحية المادية أو الوضعية ، نجد أن النظرية الناجحة هى تلك التى تصنف ظواهرها تصنيفا شاملا مفيدا من وجهة النظر العلمية • والواقع أن أغلب النظريات التى عرضنا لها قد أسهم فى مثل هذا التصنيف لمادة الشخصية • فنظرية السمات ونظرية التحليل النفسى ( ٥ - الشخصية السوية )

ونظرية الذات — على سبيل المثال — قد نظرت الى الشخصية من زوايا مختلفة وجاءتنا بمادة يمكن أن توضع فى تصنيف أكثر شمولاً مما جاءت به كل نظرية على حدة . هذا بالاضافة الى أن الحقائق التى تعبر عنها هذه النظريات تمثل متغيرات هامة ومفيدة من الناحية العلمية .

وإذا نظرنا الى التنظيم الشخصى للفرد على أنه تنظيم فريد خاص به ، وفى الوقت نفسه يشترك فيه مع الآخرين فى نواح معينة ، فإننا نستطيع حينئذ الاستفادة من جميع الحقائق التى أمدتنا بها النظريات المختلفة للشخصية . فنستطيع أن نستفيد من الحقائق التى أمدنا بها منهج التحليل النفسى عن الخبرات اللاشعورية وعن الصراع بين الخبرات المختلفة . ونستطيع أن نستفيد من الحقائق التى أمدنا بها منهج السمات عن الصفات المختلفة للسلوك المظهرى ، كما يمكن الاستفادة من نظرية الذات بما أمدتنا به من حقائق عن الذات . وأخيراً نستطيع أن ننظر الى هذه الحقائق جميعاً من وجهة نظر سلوكية كما تشير بذلك نظرية التعلم . وبهذا نتلافى الأخطاء التى قد تجرنا اليها المناهج التى تعتبر الشخصية شيئاً جامداً موروثاً أو غريزياً ، مما قد يعطل الفهم ولا يساعد على التنبؤ .

وعند دراسة الشخصية أو علاجها — يميل الكاتب الى عدم التحيز الى وجهة نظر بعينها ، بل يفضل استخدام « الطريقة الانتقائية » ( الجذرية ) ( Eclectic Approach ) حيث يستفاد من العلوم الانسانية والخبرات المختلفة فى دراسة الشخصية ، على أساس أن الشخصية تتضمن مستويات وظيفية متكاملة من النواحي البيولوجية والسيكولوجية والاجتماعية . وقد استند الكاتب فى هذا الرأى الى خبرة سنوات طويلة فى مجال تأهيل المعوقين ، حيث تعتمد فلسفة التأهيل على « مفهوم الفريق » ( Team Concept ) فى علاج وتأهيل الحالات . ويتضمن فريق التأهيل الخبرات المختلفة فى نواحي الطب وعلم النفس وعلم الاجتماع وما يرتبط بها من المعارف الأخرى .



### ● أنماط الشخصية في القرآن :

حاول المفكرون في عصور التاريخ المختلفة ، كما حاول علماء النفس في العصر الحديث ، دراسة أوجه التشابه وأوجه الخلاف بين شخصيات الناس ، وقاموا بعدة محاولات لتصنيف الناس الى عدة أنماط من الشخصية ، يتميز كل نمط منها بمجموعة معينة من الصفات المميزة . ان تصنيف الناس الى أنماط ، انما هي محاولة تساعد على وصف الناس وتفسير سلوكهم .

واننا نجد في القرآن الكريم تصنيفا للناس على أساس العقيدة الى ثلاثة أنماط هي : المؤمنون ، والكافرون ، والمنافقون . ولكل نمط من هذه الأنماط الثلاثة سماته الرئيسية العامة التي تميزه عن النمطين الآخرين . وتصنيف القرآن للناس على أساس العقيدة يتمشى مع أهداف القرآن من حيث هو كتاب عقيدة وهداية ، كما أن هذا التصنيف يشير الى أهمية العقيدة في تكوين شخصية الانسان ، وفي تحديد سماته المميزة له ، وفي توجيه سلوكه على نحو معين خاص يتميز به . كما يشير هذا التصنيف أيضا الى أن العامل الأساسي في تقييم الشخصية في نظر القرآن هو « العقيدة » (٣٩) .

والانسان كائن « معتقد » بالطبع ، ومعنى ذلك أنه خلق على أن يكون ذا عقيدة في صحة شيء وفي بطلان آخر . فمنذ وجد الانسان على ظهر البسيطة تسامى بنفسه ليستشرف على قوة أكمل من قوته ، يدين لها بالخوف والحب والطاعة ، وهو ما يعبر عنه « بالعاطفة » ، ولعلها أسبق العواطف التي غرست في النفس الانسانية .

وعندما عرض القرآن النماذج المختلفة للانسان من ناحية العقيدة في مطلع سورة البقرة ، ذكر المؤمنين في أربع آيات ، ومواجهيهم الكفار في آيتين ، ثم فضح الفئة التي فقدت انسانياتها — لأنه لا قضية لها — في ثلاث عشرة آية ، كشفت تناقض هذا النموذج من الناس

---

(٣٩) محمد عثمان نجاتي . القرآن وعلم النفس : القاهرة : دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢١٢ ، ٢١٣ .

مع نفسه ومجتمعه ، بحيث استحق اسم « المنافقين » • وقد أفرد القرآن الكريم كل نموذج من العقيدة بسورة سماها باسمها ، فهناك سورة « المؤمنون » ، وسورة « المنافقون » ، وسورة « الكافرون » • لقد وصف القرآن الكريم كل نمط من هذه الأنماط الثلاثة بسمات خاصة يفرق بها ، ويتميز بها عن النمطين الآخرين من الناس • وسنحاول فيما يلي أن نذكر أهم السمات التي يتميز بها كل نمط من هذه الأنماط الثلاثة من الناس كما ورد في القرآن الكريم ، وسماتها الفرعية :

### أولا — المؤمنون :

إذا جمعنا سمات المؤمنين التي وردت في القرآن الكريم وحاولنا تصنيفها لأمكن أن نصنفها إلى تسعة مجالات رئيسية من مجالات السلوك هي (٤٠) :

١ — سمات تتعلق بالعقيدة : الإيمان بالله ، وبرسوله ، وكتبه ، وملائكته ، واليوم الآخر ، والبعث ، والحساب ، والجنة والنار ، والغيب ، والقدر •

٢ — سمات تتعلق بالعبادات : عبادة الله ، وأداء الفرائض من صلاة وصيام وزكاة وحج وجهاد في سبيل الله بالمال والنفس ، ونقوى الله وذكره دائما ، واستغفاره ، والتوكل عليه ، وقراءة القرآن •

٣ — سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية : معاملة الناس بالحسنى ، الكرم والجود والاحسان ، التعاون ، الاتحاد والتماسك ، الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر ، العفو ، الإيثار ، الاعتراض عن اللغو ، حب الخير ، اغاثة الملهوف •

٤ — سمات تتعلق بالعلاقات الأسرية : اطاعة الوالدين والبر بهما ، الاحسان بالوالدين وبذي القربى ، حسن المعاشرة بين الأزواج ، رعاية الأسرة والانفاق عليها ، التنشئة السليمة للأبناء •

---

(٤٠) محمد عثمان نجاتي : القرآن وعلم النفس ، القاهرة : دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢١٤ ، ٢١٥ •

٥ — سمات خلقية : الصبر ، الحلم ، الصدق ، العدل ، الأمانة ،  
الوفاء بالعهد ، العفة ، التواضع ، القوة فى الحق ، عزة النفس ، قسوة  
الارادة ، التحكم فى أهواء النفس •

٦ — سمات انشعالية وعاطفية : حب الله ، الخوف من عذاب  
الله ، الأمل فى رحمة الله ، حب الناس ، كظم الغيظ والتحكم فى  
انفعال الغضب ، عدم الاعتداء على الغير ، عدم حسد الآخرين ، الرحمة ،  
لوم النفس والشعور بالندم عند ارتكاب ذنب ما ، عدم الغرور •

٧ — سمات عقلية ومعرفية : التفكير فى الكون وخلق الله ، طلب  
المعرفة والعلم ، عدم اتباع الظن وتحرى الحقيقة ، حرية الفكر  
والعقيدة •

٨ — سمات تتعلق بالحياة العملية : الاخلاص فى العمل واثقانه ،  
السعى بنشاط وجد فى سبيل كسب الرزق •

٩ — سمات بدنية : القوة ، الصحة ، النظافة ، الطهارة •

ومن الآيات الكريمة فى هذا المجال :

● « ذلك الكتاب لا ريب فيه هدى للمتقين • الذين يؤمنون  
بالغيب ويقيمون الصلاة ومما رزقناهم يتقون • والذين يؤمنون بما  
أنزل اليك وما أنزل من قبلك وبالأخرة هم يوقنون • أولئك على هدى  
من ربهم ، وأولئك هم المفلحون » ( البقرة : ٢ — ٥ )

● « قد أفلح المؤمنون • الذين هم فى صلاتهم خاشعون •  
والذين هم عن اللغو معرضون • والذين هم للزكاة فاعلون • والذين  
هم لقروجهم حافظون • الا على أزواجهم أو ما ملكت أيمانهم فانهم  
غير ملومين • فمن ابتغى وراء ذلك فأولئك هم العادون • والذين هم  
لأماناتهم وعهدهم راعون • والذين هم على صلواتهم يحافظون »  
( المؤمنون : ١ — ٩ )

● « انما المؤمنون الذين آمنوا بالله ورسوله ثم لم يرتابوا وجاهدوا بأموالهم وأنفسهم في سبيل الله ، أولئك هم الصادقون » .  
( الحجرات : ١٥ )

● « انما المؤمنون الذين اذا ذكر الله وجلت قلوبهم واذا تلايت عليهم آياته زادتهم ايمانا وعلى ربهم يتوكلون » . ( الأتقال : ٢ )

● « آمن الرسول بما أنزل اليه من ربه والمؤمنون ، كل آمن بالله وملائكته وكتبه ورسله لا تفرق بين أحد من رسله ، وقالوا سمعنا وأطعنا ، غفرانك ربنا واليك المصير » .  
( البقرة : ٢٨٥ )

● « انما المؤمنون أخوة فأصلحوا بين أخويكم ، واتقوا الله لعلكم ترحمون » .  
( الحجرات : ١٠ )

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « المؤمن من آمنه المؤمنون على أنفسهم وأموالهم » .  
( أحمد )

— عن أبى موسى رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضا » وشبك بين أصابعه .  
( متفق عليه )

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « لا يلدغ المؤمن من جحر واحد مرتين » . ( متفق عليه )

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « أكمل المؤمنين ايمانا أحسنهم خلقا ، وخياركم خياركم لنسائهم » .  
( الترمذى )

— عن أنس بن مالك رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه » .  
( متفق عليه )



— وعن أنس بن مالك رضى الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : « انصر أخاك ظالماً أو مظلوما » فقال رجل : أنصره إذا كان مظلوما أرايت ( أى أخبرنى ) ان كان ظالماً فكيف أنصره ؟ قال : تحجزه — أو تمنعه — من الظلم فان ذلك نصره » ( البخارى )

— عن النعمان بن بشير رضى الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « مثل المؤمنین فی توادهم وتراحمهم وتعاطفهم ، مثل الجسد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى » • ( متفق عليه )

— « من أخلاق المؤمن : حسن الحديث إذا حدث ، وحسن الاستماع إذا حدث<sup>(٤١)</sup> ، وحسن البشر إذا لقي ، ووفاء بالوعد إذا وعد » • ( الديلمى )

— « المؤمن مرآة المؤمن إذا رأى فيه عيباً أصلحه » • ( البخارى )

— « لا يؤمن أحدكم حتى يكون هواه تبعا لما جئت به » • ( الطبرانى )

— « لا يدخل الجنة من لا يأمن جاره بوائقه » ( أى غوائله وشروبه ) ( مسلم )

— « المؤمن كيس فطن حذر وقاف ( أى متأنى ) ثبت ( أى شجاع ) لا يعجل ، عالم ورع »<sup>(٤٢)</sup> • ( الديلمى )

\*\*\*

(٤١) حدث : الاولى بفتح الحاء وتشديد الدال مع فتحها ، والثانية بضم الحاء وتشديد الدال مع كسرهما .

(٤٢) الاحاديث مأخوذة عن : عز الدين يلىق ، منهاج الصالحين من احاديث وسنة خاتم الانبياء والمرسلين ، بيروت : دار الفتح للطباعة والنشر ١٩٧٨ ، ص ٨٨ — ٩٢ .

## ثانياً - الكافرون :-

لقد أشار القرآن الكريم في كثير من الآيات الى الكافرين ، ووصفهم بسمات رئيسية يتميزون بها ، يتلخص في الآتي :

١ - سمات تتعلق بالعتيدة والعبادات : عدم الايمان بالتوحيد أو الرسل أو اليوم الآخر ، وعدم الايمان بالبعث والحساب • يعبدون من دون الله مالا ينفعهم ولا يضرهم •

٢ - سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية والأسرية : الظلم ، العدوان على المؤمنين في تصرفاتهم ، النهو عن المعروف ، قطع صلة الرحم •

٣ - سمات خلقية : نقض العهد ، الفجور واتباع الشهوات ، الغرور ، التكبر ، الظلم ، الكذب ، عدم الوفاء بالعهد •

٤ - سمات انفعالية وعاطفية : كراهيتهم للمؤمنين وحقدهم عليهم وحسدهم لهم على ما أنعم الله به عليهم •

٥ - سمات عقلية ومعرفية : جمود التفكير والعجز عن الفهم والتعقل ، الختم والطبع على قلوبهم ، التقليد الأعمى لمعتقدات الآباء وتقاليدهم ، خداع النفس •

ان الصورة التي يرسمها القرآن لشخصية الكافرين هي أنهم لا يؤمنون بعتيدة التوحيد ، ولا بالربل والكتب المنزل ، ولا باليوم الآخر والبعث والحساب ، ولا بالجنة والنار • وهم يقلدون ما كان عليه آباؤهم من عبادة الأوثان • وهم أشخاص قد تجمد تفكيرهم وعجزوا عن ادراك حقيقة التوحيد التي يدعو اليها الاسلام (٤٣) •

ومن الآيات الكريمة التي ذكرت الكافرين :

● « قل يا أيها الكافرون • لا أعبد ما تعبدون • ولا أقيم عابدون

(٤٣) محمد عثمان تجاتي : القرآن وعلم النفس ، القاهرة ، دار

الشروق ، ١٩٨٢ • ص ٢١٨ - ٢١٩ •

ما أعبد • ولا أنا عابد ما عبدتم • ولا أنتم عابدون ما أعبد • لكم دينكم  
ولى دين « (سورة الكافرون)

● « وقل الحق من ربكم ، فمن شاء فليؤمن ومن شاء فليكفر »  
(الكهف : ٢٩)

● « انا هدىناه السبيل اما شاكرًا واما كفورًا »  
(الانسان : ٣)

● « والذين كفروا يتمتعون ويأكلون كما تأكل الانعام والنار  
مثوى لهم » (محمد : ١٢)

● « لقد كفر الذين قالوا ان الله ثالث ثلاثة وما من اله الا اله  
واحد ، وان لم ينتهوا عما يقولون ليمسن الذين كفروا منهم عذاب  
اليم » (المائدة : ٧٣)

● « ... ومن لم يحكم بما انزل الله فأولئك هم الكافرون »  
(المائدة : ٤٤)

● « ان الذين كفروا سواء عليهم ءأذرتهم ام لم تنذرهم  
لا يؤمنون • ختم الله على قلوبهم وعلى سمعهم ، وعلى ابصارهم  
غشاوة ، ولهم عذاب عظيم » (البقرة : ٦ — ٧)

وفى الحديث النبوى الكريم :

— أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال فى حجة الوداع :  
« لا ترجعن بعدى كفارا يضرب بعضكم رقاب بعض »

— وقال صلى الله عليه وسلم : « من قال لأخيه يا كافر ، فقد  
باء به أحدهما ، لأنه اما أن يصدق عليه أو يكذب ، فان صدق فهو  
كافر ، وان كذب عاد الكفر اليه بتكفيره أخاه المسلم »

\*\*\*

ثالثا — المنافقون :

المنافقون هم فئة من الناس ضعاف الشخصية ومترددون لم

يستطيعوا أن يتخذوا موقفا صريحا من الايمان • وقد ذكر القرآن الكريم سماتهم المميزة لهم والتي تتلخص فى الآتى :

١ — سمات تتعلق بالعقيدة والعبادات : انهم لم يتخذوا موقفا محددًا من عقيدة التوحيد • فهم يظهرون الايمان اذا وجدوا بين المسلمين ، ويظهرون الشرك اذا وجدوا بين المشركين • يؤدون العبادات رياء وعن غير اقتناع ، واذا قاموا للصلاة قاموا كسالى •

٢ — سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية : يأمرون بالمنكر وينهون عن المعروف ، يعملون على اثارة الفتق والقلق بين صفوف المسلمين ، يميلون الى خداع الناس ويحسنون صناعة الكلام للتأثير على السامعين ، يكثر من الحلف لدفع الناس الى تصديقهم ، يهتمون بمظهرهم لجذب انتباه الناس والتأثير عليهم •

٣ — سمات خلقية : ضعف الثقة بالنفس ، نقض العهد ، الرياء ، الجبن ، الكذب ، الخداع ، البخل ، النفعية والانتهازية ، اتباع الأهواء •

٤ — سمات انفعالية وعاطفية : الخوف من كل من المؤمنين والمشركون ، الجبن والخوف من الموت ، يكرهون المسلمين ويحقدون عليهم •

٥ — سمات عقلية ومعرفية : التردد والريبة وعدم القدرة على الحكم أو اتخاذ القرار ، عدم القدرة على التفكير السليم ولذلك وصفهم القرآن بالطبع على قلوبهم ، يميلون الى تبرير أفعالهم للدفاع عن تصرفاتهم<sup>(٤٤)</sup> •

ومن آيات القرآن الكريم التى ذكرت المنافقين :

• « المنافقون والمنافقات بعضهم من بعض ، يأمرون بالمنكر وينهون عن المعروف ويقبضون أيديهم ، نسوا الله فنسيهم ، ان المنافقين هم الفاسقون » •  
(التوبة : ٦٧)

(٤٤) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس ، القاهرة ، دار الشروق • ١٩٨٢ ، ص ١٤٥ — ١٤٦ •



● « اذا جاءك المنافقون قالوا نشهد انك لرسول الله والله يعلم انك لرسوله والله يشهد ان المنافقين لكاذبون » . ( المنافقون : ١ )

● « ومن الناس من يقول آمنا بالله وباليوم الآخر وما هم بمؤمنين . يخادعون الله والذين آمنوا وما يخدعون الا انفسهم وما يشعرون . في قلوبهم مرض فزادهم الله مرضا ، ولهم عذاب أليم بما كانوا يكذبون » . ( البقرة : ٨ — ١٠ )

● « بشر المنافقين بأن لهم عذابا أليما . الذين يتخذون الكافرين أولياء من دون المؤمنين ، أيتفون عندهم العزة فان العزة لله جميعا » . ( النساء : ١٣٨ — ١٣٩ )

● « ان المنافقين في الدرك الأسفل من النار ولن تجد لهم نصيرا » . ( النساء : ١٤٥ )

ومن الحديث النبوى الشريف فى هذا المقام :  
— عن أبى هريرة رضى الله عنه ، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « آية المنافق ثلاث : اذا حدث كذب ، واذا وعد أخلف ، واذا أؤتمن خان » . ( متفق عليه )

— « المنافق همزة لمزة ( عياب ) حطمة ( قليل الرحمة ) لا يقف عند شبهة ولا عند محرم ، كحاطب الليل لا يبالي من أين اكتسب ولا فيما أنفق » . ( الشهاب والديلمى )

\*\*\*

## ● الخلاصة :

تتلخص الآراء المتعلقة بالشخصية التى تم مناقشتها خلال هذا الفصل فى النقاط الآتية :

١ — فى « المدرسة الكلية » قدم « ليفين » نظرية المجال معبرا عنها بأنه لا يمكن وصف الشخص الا فى إطار علاقته ببيئته ، مع وجود حد فاصل بين الفرد والبيئة . والسلوك وظيفة المجال الذى يوجد فى

الوقت الذي يحدث فيه السلوك ، ويبدأ التحليل بالموقف ككل ثم نتمايز بعد ذلك الأجزاء المكونة للموقف . وقدم « ألبورت » نظرية السمات مفترضا وجود استعدادات معينة عند الكائن الحي ، وهذه الاستعدادات هي المسئولة عن سلوكه ، على أساس أن السمة استعداد عام تطبع سلوك الفرد بطابع خاص وتشكله وتحدد نوعه وكيفيته . وقدم « كاتل » نظريته في التحليل العاملي ، ويرى أن الشخصية يمكننا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص في موقف معين ، وأنها تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان صريحا أو متخفيا .

٢ - وفي « المدرسة الكلية البيولوجية » أي العضوية ، قدم كل من « جولدشتين » و « مازلو » آراءه في الشخصية . وتؤكد النظرية العضوية بصفة عامة وحدة الشخصية السوية وتكاملها وثباتها وتماسكها ، وتبدأ بالكائن العضوي كسق منظم ، وتفترض أن الفرد يحركه دافئ واحد رئيسي وليس مجموعة من الدوافع ، وهذا ما يسميه « جولدشتين » بتحقيق الذات ، وهو ما يحدد لحياة الانسان اتجاهها ويحقق لها وحدتها . ويركر جولدشتين على أن الكائن العضوي يسلك دائما ككل موحد وليس مجرد أجزاء متميزة ، فالعقل والجسم كيانات مستقلان داخل الفرد . ويرى « مازلو » ضرورة الايمان بأن للانسان طبيعة جوهرية خاصة به ، وأن له حاجات وقدرات وميول بعضها يميز الجنس البشري بأكمله والبعض الآخر خاص بكل فرد . وأن للانسان طبيعة فطرية خيرة في جوهرها .

٣ - ان مدرسة « التحليل النفسي » لا تقنع بوصف ظواهر الشخصية على النحو الذي فعلته النظريات السابقة ، بل تفسرها على أساس من التفاعل والصراع بين قوى معينة . فالشكل النهائي للتنظيم السلوكي المميز لفرد ما - من وجهة نظر « فرويد » - هو نتاج لتفاعل أو صراع بين عوامل غريزية من ناحية ، وعوامل اجتماعية من ناحية أخرى . ويتضمن هذا عند « فرويد » ومدرسته الفكرية وجود طاقة جنسية هوروثة عند الفرد ، تدخل في صراع محتوم مع المجتمع الذي يعيش فيه ، وتصطدم بالقوة التي يفرضها ذلك المجتمع . والفرد - وهو الكائن البيولوجي الذي يدخل في صراع مع بيئته لا يلبث أن

تنمو عنده باقى أجهزته النفسية التى تحول الصراع الى عملية داخلية، وهذه الأجهزة هى : « الهو » و « الأنا » و « الأنا الأعلى » .

٤ - ويعبر « الفرويديون المحدثون » - وعلى رأسهم أدلر ، ويونج ، ورائك ، وهورنى ، وفروم ، وسوليفان - عن آرائهم فى الشخصية على النحو التالى . . يقوم تفسير « أدلر » للشخصية على أساس أن وجود القصور البدنى لدى الفرد يؤثر على حياته فى شتى نواحيها ويزيد من شعوره بالنقص وعدم الأمن ، وأن أهداف المستقبل التى يتبناها الفرد تؤثر فى سلوكه الحاضر . ويرى « يونج » أن اللبيدو هو الطاقة النفسية أو طاقة الحياة ، التى تتضمن - علاوة على الجنس - الأفكار والمشاعر والرغبات والحاجات البيولوجية . وتعتبر مفاهيم يونج عن طبولوجية الشخصية من أعم مفاهيمه انتشاراً ، وقد ميز نمطين أساسيين فى الشخصية : الانبساط والانطواء . ويعتبر « رائك » أن ضدمة الميلاد رهية فى حياة الانسان ، فالأم والجنين عبارة عن وحدة واحدة ويعتبر الميلاد نهاية لهذه الوحدة . ويحتاج الفرد الى زمن الطفولة للتغلب على ضدمة الميلاد . ويسير الطفل فى اتجاهين مختلفين : الرغبة فى التوحد مع البيئة حتى لا يشعر بالخوف من الاستقلال والفردية ( خوف الحياة ) ، والرغبة فى الاستقلال والتفرد . أما « هورنى » فترى أن القلق استجابة انفعالية لخطر موجه الى المكونات الأساسية للشخصية ، وغالباً ما يصاحب القلق بعض التغيرات الفسيولوجية . ويرى « فروم » أن الشخصية مجموعة من الصفات النفسية الموروثة والمكتسبة التى تجعل من الفرد شخصاً فريداً ، ويحدد خمسة تصنيفات للشخصية وفقاً لسلوك السائد هى : الشخصية التلقائية ، والشخصية الاستغلالية ، والشخصية الادخارية ، والشخصية المساواة ، والشخصية المنتجة . ويركز « سوليفان » على العلاقات الشخصية مع الآخرين ، وتكامل الكائن الحى فى الوسط الذى يعيش فيه ، وأن البقاء الانسانى يحتاج الى تغيير وتفاعل مستمر مع البيئة .

٥ - وفى إطار «نظرية التعلم» يقدم «دولارد» و «ميلر» أربعة

مفاهيم عامة فى عملية التعلم هى : الدافع ، الدليل ، الاستجابة ،  
والتدعيم . فالدافع يثير الفعل ، والدليل يتولى توجيه طبيعة الفعل  
أو الاستجابة ، والاستجابة مرحلة هامة فى نمو الكائن الحى ، ومتى  
صدرت الاستجابة فإن مصيرها بعد ذلك يتحدد بناء على ما يعقبها من  
تدعيم أو تثبيط ( انطفاء ) .

٦ — وبالنسبة « لنظرية الذات » يقدم لنا « روجرز » أهم  
مفاهيمه عن الذات هى : مفهوم الكائن العضوى ( الأورجانيزم ) الذى  
هو الفرد ككل ، ومفهوم المجال الظاهرى الذى هو مجموع الخبرات  
الفردية أو الخبرات فى كلياتها ، ومفهوم الذات وهى ذلك الجزء من  
المجال الظاهرى الذى يتكون من مجموعة من المدركات والقيم المتعلقة  
بالذات أو الفرد كمصدر للخبرة والسلوك . ويقسم « سينج وكومز »  
المجال الظاهرى الى قسمين : الذات الظاهرية ، ومفهوم الذات .

٧ — عرض القرآن الكريم نماذج وأنماط مختلفة للشخصية  
الانسانية من ناحية العقيدة ، وحددها فى ثلاثة أنماط من الشخصية  
هى : المؤمنون ، والكافرون ، والمنافقون . ويتميز « المؤمنون » بالايمان  
بالله وكتبه ورسله وملائكته واليوم الآخر ، والبعث ، والحساب ،  
والجنة والنار ، والقدر ، وعبادة الله وأداء الفرائض ، وتقوى الله  
واستغفاره ، وحسن معاملة الناس والتمسك بالأخلاق الحميدة ، واطاعة  
الوالدين ورعاية الأسرة ، والصبر ، والحلم ، والعدل ، والأمانة ،  
والتحكم فى أهواء النفس ، وحب الله والخوف من عذابه ، والتحكم  
فى الانفعالات ، والتفكير فى الكون ، وحصرية الفكر والعقيدة ،  
والاخلاص فى العمل ، والعناية بالنظافة والصحة . ويتصف الكافرون  
بعدم الايمان ، والظلم والعدوان ، وسوء الخلق ، والكراهية والحقد  
للمؤمنين ، وجمود التفكير . ويتصف « المنافقون » بعدم اتخاذ موقف  
محدد من عقيدة التوحيد ، والرياء فى أداء العبادات ، وضعف الثقة  
بالنفس ، والجبن ، والكذب والخداع ، وكراهية المسلمين والحقد  
عليهم ، والتردد والريبة ، وعدم القدرة على اتخاذ قرار ، والميل الى  
التبرير للدفاع عن تصرفاتهم .



## الفصل الثالث

# مَلاحِجَ الشَّخْصِيَّةِ السَّوِيَّةِ

يشمل النمو النفسى تلك المراحل التى يمر بها الفرد فى سنى حياته المختلفة ، وتنمو فيها انفعالاته ورغباته واستعداداته ، وتتكامل خلالها شخصيته ، ويتم هذا فى اطار صحتة النفسية بوجه عام . وتبدو مظاهر النمو النفسى فى النواحي الآتية :

- ١ - التكيف .

- ٢ - اشباع الحاجات الأساسية .

- ٣ - تحقيق الشخصية السوية .

وسنناقش كل عنصر من هذه العناصر باختصار (١) .

### أولا - التكيف :

ليس هذا مجال مناقشة التكيف بأسهاب ، حيث سنتناوله بأسهاب فيما بعد . فالتكيف عملية ديناميكية مستمرة يستهدف بها الشخص تعديل سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا مع بيئته . ويمكن القول بأن التكيف هو القدرة على ايجاد العلاقات المشبعة بين الفرد وبيئته ، سواء أكانت هذه البيئة طبيعية أو ثقافية أو اجتماعية . وهناك عوامل أساسية لها أكبر الأثر فى احداث التكيف لدى الأفراد ، ومن أهمها :

- ١ - توافر المهارات اللازمة لدى الفرد لاشباع حاجاته الأساسية .
- ٢ - أن يعرف الانسان نفسه ، ويتضمن هذا : أن يعرف الحدود والامكانيات التى يستطيع بها أن يشبع حاجاته ، وأن يدرك قدراته واستعداداته ومهاراته .

- ٣ - أن يتقبل الانسان ذاته بواقعية .

- ٤ - المرونة والتوافق بالنسبة للمؤثرات المختلفة .

- ٥ - المسالة وتجنب الصراع .

---

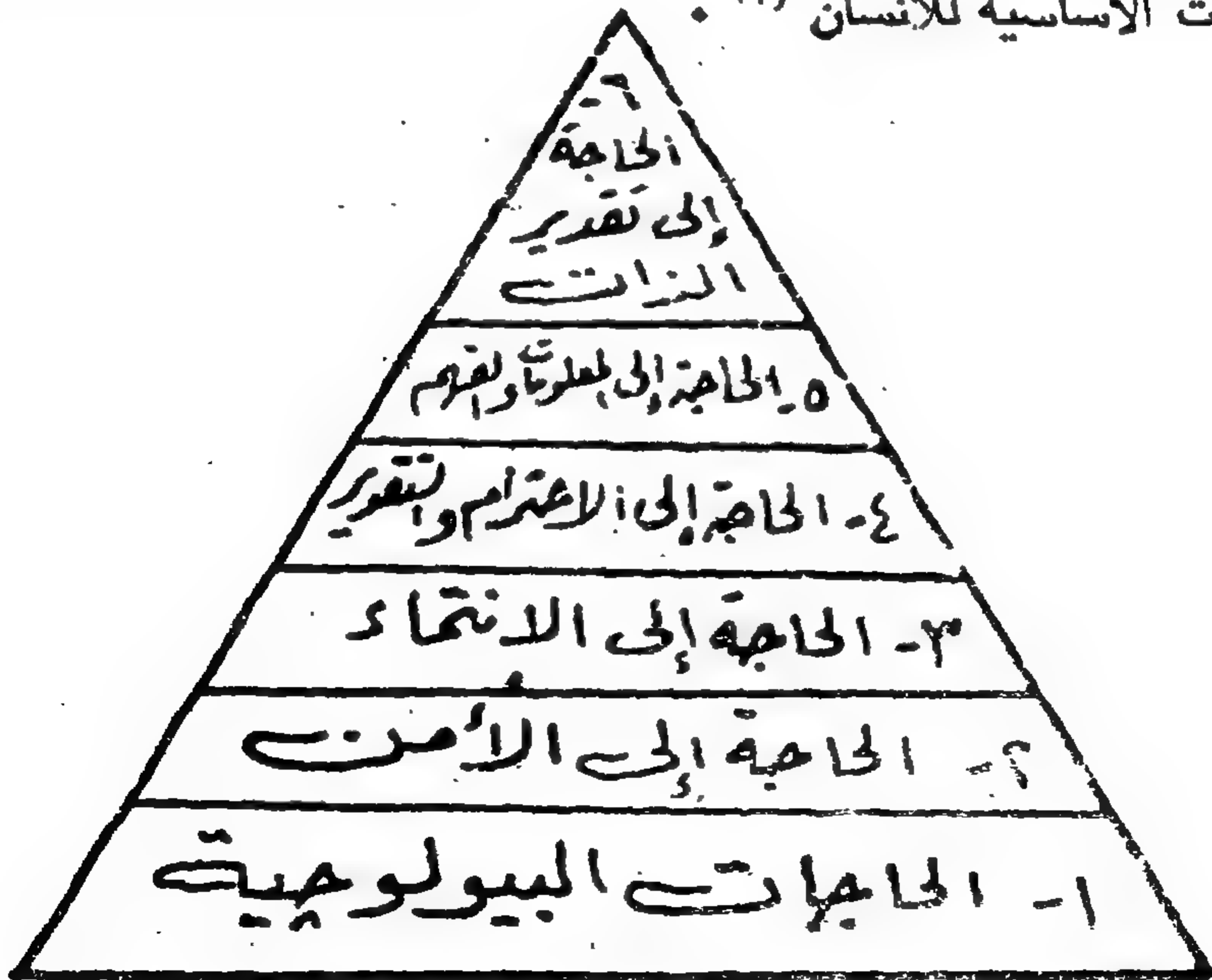
(١) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى .

القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ١٢ - ١٥ .

## ثانياً — اشباع الحاجات الأساسية :

لكي ندرك أهمية الدور الذي يقوم به العمل في حياة الفرد يجب أن ندرك أولاً الحاجات الأساسية للفرد • غلقد اتضح خطأ الفكرة القديمة القائلة بأن الإنسان يعمل لمجرد الحصول على القوت ، ويكفى للتدليل على خطأ هذه الفكرة أن نذكر أنه كان من الواجب — تصديقا لهذا الرأي — أن يقف العمل وينتهي بمجرد حصول الفرد على ما يسد رمقه ، ولكن الإنسان لم يقم ببناء حضارته بهذه الوسيلة البسيطة التي تستهدف مجرد الحصول على القوت • ولقد أثبتت دراسات الروح المعنوية في الصناعة أن العمل ينطوي على أشياء كثيرة بالنسبة للفرد بخلاف الحصول على أجر •

ومن وجهة النظر المهنية ، فقد نظمت الحاجات الأساسية بطريقة هرمية بالنسبة لقوة هذه الحاجات وفعاليتها • ويلاحظ أن كل حاجة من الحاجات الأساسية لا تعلن عن وجودها إلا إذا أشبعت الحاجة التي تسبقها في الترتيب الهرمي • ويوضح الشكل رقم (١) الترتيب الهرمي للحاجات الأساسية للإنسان (٢) •



شكل (١) الحاجات الأساسية للإنسان

### ثالثا - تحقيق الشخصية السوية :

ان ما يميز الشخصية السوية عن الشخصية المضطربة أو المنحرفة ليس هو شكل السلوك أو الأفعال نفسها التي تصدر عن الفرد وانما وظيفة هذا السلوك أو ما يحققه من أغراض وأهداف . فالسلوك السوى هو الذى يحقق مواجهة واقعية للمشكلات أو الصراع وليس هروبا منها . وبمعنى آخر فان الشخصية السوية المتكاملة هي التي يتميز سلوكها بأنه واقعى بناء وليس سلوكا هروبيا هداما . واذا سلمنا بأن التكامل هو أدل الشئ لوظيفته وأن هذه الوظيفة تحددها طبيعة الشئ الذى يؤديه ، كان معنى ذلك أن السلوك يعتبر سويا أو متكاملا أو متكيفا بمقدار ما يعكسه هذا السلوك من خصائص الانسان ومميزاته الطبيعية التي يمتاز بها عن غيره من أعضاء المملكة الحيوانية .

ويشترك الانسان مع الحيوان فى كثير من الصفات ، الا أن تكامله لا يقوم على تنمية هذه الصفات التي يشترك فيها مع باقى أعضاء المملكة الحيوانية ، بل على تحقيقه للامكانيات التي ينفرد بها والتي تميزه عن سائر الحيوانات . وأولى تلك الامكانيات هي قدرة الانسان على الكلام . فالانسان يستطيع أن يستخدم اللغة ليتذكر، أو ليسترجع الحوادث والأحداث الماضية ، وليعالج الأشياء الملموسة وغير الملموسة ، وليسقط خبرته الماضية على المستقبل ، وبمعنى آخر يستطيع أن يعالج الأمور والأشياء على مستوى تخيلى . وهذه القدرة الرمزية هي التي تجعل الانسان يفكر فى الماضى وفى الحاضر والمستقبل غير الحسى ، وتساعده قدرته اللغوية على أن يتعلم من خبراته ومن خبرات الآخرين الذين سبقوه مع اختلاف الزمان والمكان ، كما تساعده على أن يتنبأ بما يمكن أن يترتب على سلوكه الخاص قبل أن يسلك وأن يكون له مثل عليا وقيم يسلك على أساسها . . هنالك اذن صفات ثلاث أساسية تعتمد على استخدام الرموز اللغوية وتميز الانسان عن غيره من الكائنات الحية ، وهذه الصفات هي : القدرة على الاستفادة من الخبرة السابقة ، والتحكم فى السلوك بناء على التنبؤ بنتائجه قبل ( ٦ - الشخصية السوية )

وقوعها ، وأخيرا القدرة على استحضار ما ليس له وجود فى الواقع  
المموس .

وهناك مجموعة أخرى من الصفات المميزة للانسان ، وهى تلك  
التي تتعلق بفترة طفولته الطويلة ، تلك الفترة التي يظل فيها مدة من  
الزمان معتمدا على غيره من الكبار بحيث لا يستطيع أن يشبع حاجاته  
الأساسية الا عن طريق الكبار المحيطين به . ويتكون عند الطفل خلال  
هذه المرحلة الطويلة اتجاهان مهمان : الاتجاه الأول هو أن استمرار بقائه  
واشباعه لحاجاته الأساسية لا يمكن أن يتحقق الا عن طريق اعتماده  
على غيره ، والاتجاه الثانى هو أن الانتقال الى مرحلة الرشد والتمتع  
بحقوق الكبار واتخاذ مكانتهم يرتبط باستمرار بتحمل المسئولة والعمل  
على اشباع حاجات الآخرين . والنقطة الهامة هنا هى أنه مهما يكن  
نوع المجتمعات التي يعيش فيها الأفراد فانهم لا بد أن يعتمدوا بعضهم  
على البعض الآخر ، سواء أكان ذلك على مستوى علاقة الآباء بالأبناء  
أو على مستوى العلاقات الاجتماعية . وهذا النمط المميز للحياة  
الانسانية هو الذى يضمن عليها الصفة الاجتماعية ، تلك الصفة التي  
يتميز بها الانسان عن سائر أعضاء المملكة الحيوانية .

هذه هى الامكانيات التي يتميز بها الانسان عن غيره من الحيوانات  
وعلى أساس هذا التحديد للامكانيات الانسانية يمكن أن نقدم مفهوما  
واضحا للشخصية السوية ، وأن ندرك معنى السلوك السوى الايجابى  
المتكامل بطريقة مفيدة ومثمرة . فاننا نستطيع أن نستنبط من هذه  
الخصائص التي تتميز بها الطبيعة الانسانية صفات معينة ، لو تحققت  
فى أحد الأشخاص أو أمكن غرسها فيه بطريقة ما ، لكان هذا الشخص  
هو ما نعنيه عندما نتحدث عن الشخص السوى ، ولكان سلوكه هو  
ما نقصده عندما نتكلم عن السلوك المتكامل .

\* \* \*

### ● المميزات السلوكية للشخصية السوية :

تتميز الشخصية السوية بالمميزات السلوكية الآتية (٣) :

---

(٣) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى . القاهرة  
مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ١٣٢ — ١٤٩ .



### ١ — القدرة على التحكم في الذات :

من الواضح أنه كلما نمت عند الفرد القدرة على التفكير الرمزي الموضوعي — التي على أساسها يستطيع أن يتنبأ بنتائج الأشياء قبل حدوثها — ازدادت بالتالي قدرته على التحكم في سلوكه عن طريق توقع النتائج التي يمكن أن تترتب عليه في المدى البعيد .

### ٢ — تحمل المسؤولية وتقديرها :

يستمد الشخص السوي قدرته على الضبط والتحكم في سلوكه من تقديره الشخصي للأمور تقديراً مبنياً على موازنة النتائج وتمحيصها . وكلما زادت القدرة على الضبط الذاتي كلما قلت الحاجة الى الضبط الصادر من سلطة أخرى خارجية . والشخص السوي هو الذي يعتبر نفسه مسئولاً عن أعماله ويتحمل هذه المسؤولية عن طيب خاطر .

### ٣ — التصاون :

ان اعتماد الناس بعضهم على البعض الآخر وخاصة في المجتمع المعاصر هو جزء أساسي من حياتهم الاجتماعية . وعلى هذا الأساس يصبح الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يحقق هذه الطبيعة الاجتماعية ، وهو الذي يعتمد عليه الآخرون ، كما أنه يقر في الوقت نفسه بحاجته الى الآخرين .

### ٤ — القدرة على الثقة المتبادلة :

ان اعتراف الشخص بحاجته الى الآخرين يتضمن أيضاً القدرة على تكوين علاقات شخصية وثيقة بهم ، أي علاقات مبنية على الثقة المتبادلة . وهذه الصفة الهامة للشخصية السوية هي التي يمكن أن نعبر عنها بالقدرة على المحبة والود . فالشخص السوي هو الذي يستطيع أن يقيم علاقات مع الآخرين أساسها المحبة والود والتفاهم والاحترام والثقة المتبادلة .

### ٥ — الانسافية :

الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يبذل وأن يمنح كما

يستطيع أن يأخذ ، سواء أكان ذلك مع أسرته أو أصدقائه أو زملائه أو رؤوسيه ، وسواء أكان ذلك فى جماعات يعرفها وينتمى إليها أو مع جماعات أخرى ، مع جماعات يتفق معها فى الرأى والعقيد أو مع جماعات يختلف معها فى الاتجاهات والأفكار . فالإنسان مهما كانت حاله فانه مدين للإنسانية بوجوده وقدرته على الكلام والحركة والتمتع بنتائج العقول والأفكار التى سبقته وأثرت على نوع الثقافة التى يعيش فيها . ان الإنسان مدين بكل هذا الى الإنسانية جمعاء ، التى لولاها ما كانت حضارته بجميع مظاهرها . ومن شأن هذا كله أن يجعل على الإنسان واجبا لا بد أن يؤديه للمجتمع الإنسانى الكبير الى جانب مجتمعه الصغير . ولهذا كان من الطبيعى أن نتصور الشخصية السوية المتكاملة بأنها تلك التى تسهم فى خدمة الإنسانية جمعاء ، وأن تفعل ذلك فى حدود امكانياتها .

#### ٦ - الديمقراطية :

ان الشخص السوى هو الذى يعمل للإنسانية جمعاء ، كذلك فان الشخص السوى هو الديمقراطى . ففكرة الديمقراطية - كفكرة الإنسانية - ترتبط ارتباطا وثيقا بمفهوم الشخصية السوية . فالديمقراطية ليست سوى العناية بالآخرين والاهتمام بهم ووضع قيمة الإنسان فوق قيمة الأشياء ، والسعى الى ايجاد علاقات مثمرة مع أى قوم من الناس والعمل على خلق التفاهم وتبادل الرأى والمشورة والمساعدات بينهم . وان البعد عن هذه الأهداف معناه - فى الواقع - الخوف من الناس والحد من امكانية انشاء الصداقات ، كما يعنى أيضا امكانية السيطرة على الآخرين ، وبذلك تتعرض القيم الإنسانية للخطر فتتعدم الثقة بين الناس وينعدم التعاون .

#### ٧ - مستوى الطموح :

الشخص السوى هو الذى يضع نصب عينيه مثلا ومستويات يسعى للوصول إليها ، حتى لو كانت فى بعض الأحيان بعيدة المنال . فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال ، بل معناه الجهاد والعمل

المستمر طبقا لخير ما يمكن أن يتصوره الفرد من مبادئ • ولكي يتحقق هذا يجب أن تكون الأهداف واقعية وفي إطار امكانيات الفرد ، حتى لا يتعرض للشعور بالاحباط والافئاق والفشل •

ان هذا النموذج الذي رسمناه للشخصية السوية — باعتبار أنها الشخصية التي تتميز بالقدره على ضبط الذات وتوجيهها وتحمل المسئولية الذاتية والمسئولية الاجتماعية واعتناق المبادئ الانسانية والقيم الاجتماعية الديمقراطية — لا يتضمن تصور الشخصية السوية في سعادة دائمة ، أو أنها الشخصية الخالية من الصراع ، أو الشخصية التي تعيش دون مشاكل • فالشخص السوي قد يعجز أحيانا عن تحقيق أهدافه ، وقد يدفعه جهله بالعالم المعقد الذي يعيش فيه والضغوط التي يواجهها الى اتخاذ أسلوب غير ملائم من السلوك ، كما لا تخلو تماما من الخوف أو القلق أو الصراع • فمفهوم الشخص السوي اذن لا يتضمن الخلو التام من الخوف أو القلق أو الصراع ، بل ان الذي يميز السوي عن غيره هو طريقة مواجهة الصراع والمخاوف والقلق وأيسر انخلو منها • والشخص السوي هو الذي يتعلم أن يواجه صراعه وافئاقه بالحكمة بدلا من الشعور بالعداوة الشديدة أو الخوف أو الانطواء ، وهو الشخص الذي يتمتع بدرجة عالية من احترام الذات ومن اجتذاب الآخرين نحوه وحصوله على حبه وتقديرهم اياه • وأخيرا فان التوافق المتكامل الذي يميز سلوك الشخص السوي لا يعنى أن يسلك الشخص طبقا لمواصفات جامدة يتعين عليه اتباعها كما هي دون تصرف • فسلوك الأفراد متنوع ومتعدد الى حد كبير ، ويتطلب كل ظرف تصرفا مناسباً كما يتطلب كل زمان ومكان مايلائمه من السلوك • ويعتبر الشخص سويا في تصرفاته وفي سلوكه بالدرجة التي يحقق بها سلوكه الامكانيات التي يتميز بها الانسان عن غيره من الكائنات ألا وهي الامكانيات الرمزية والامكانيات الاجتماعية •

وهناك العديد من الآراء التي حددت معالم الشخصية السوية وخصائصها ••

١- فقد حاول « روجرز »<sup>(٤)</sup> مؤسس مدرسة « الارشاد النفسى المتركز حول العميل » أن يوضح الخصائص العامة للشخصية السوية والتي تتلخص فيما يأتى :

( أ ) أن يكون الشخص متفتحا ومتقبلا لخبرته مهما كان نوعها ، بمعنى ألا ينكر الفرد أو يشوه أى ادراك حسى أو انطباعات من أجل تجنب خبرة مهددة لتكوين ذاته ، بل انه يسعى الى ادراك خبراته الداخلية مهما كانت غير سارة .

( ب ) أن يعيش الانسان بقناعة ذاتية بأن كل لحظة من الخبرة تعنى شيئا جديدا . وهذا يعنى أن لدى الشخص شعورا داخليا بأن يتحرك وينمو وبأنه لا توجد لديه تصورات مسبقة عما سيكون عليه أخيرا كشخص .

( ج ) أن يجد الشخص فى تركيبه وسيلة موثوقا بها للوصول الى السلوك الأكثر اشباعا فى مواقف الحياة الواقعية . وأنه يفعل ما يشعر بأنه الصواب من وجهة نظره ومن تكوين ذاته المعتمد على خبراته . وهذه الخصائص والصفات تجريبية ، وليست صورا من قبيل التمنى . وقد وصل « روجرز » الى هذه الخصائص من واقع خبرته وتجاربه الاكلينيكية فقد لاحظ أشخاصا غير سعداء ويشعرون بالقماسة فى حياتهم ، وعندما استخدم معهم وسائل الارشاد النفسى غير المباشر لاحظ التغير الذى طرأ على شخصياتهم عندما تصبح الظروف طيبة<sup>(٥)</sup> .

٢ - يرى « سوليفان »<sup>(٦)</sup> بأن الدراسة المحيية للطب النفسى ليست دراسة الشخص كما هو ، بل من حيث علاقاته مع الآخرين . ويرى « سوليفان » أن الشخص يعبر عن الشخصية السوية الى المدى الذى يصبح فيه واعيا بعلاقاته الشخصية المتبادلة . ويعنى ذلك أن

---

(٤) Rogers, G., Counseling and Psychotherapy. Boston, Mass : Houghton - Mifflin, 1942, 11 .

Rogers, G. ; Ibid, 1 . (٥)

Sullivan, H. ; The Interpersonal Theory of Psychiatry. New York : Norton. 1953, p.p. 110 - 111 . (٦)



الشخص يحقق الشخصية السوية اذا كانت معتقداته عن نفسه وعن الآخرين دقيقة . وعن طريق المعتقدات والمعلومات الدقيقة يستطيع الشخص أن يحصل على اشباع وأمن دائمين يراها « سوليفان » كفايات أو أهدافا رئيسية للسلوك . ويرمز الاشباع — في رأى سوليفان — إلى اشباع الحاجات البيولوجية ، ويرمز الأمن إلى الحصول على استجابات من الآخرين حاملة لمعاني المحبة والمكثنة والتقدير منهم للشخص .

٣ — ويرى « ايريك فروم » <sup>(٧)</sup> أن الشخصية السوية تتحقق إلى المدى الذي يظهر فيه الشخص اتجاها منتجا . والاتجاه المنتج هو طريقة الفرد لاتباع حاجاته بطريقة أفضل ، بمعنى أن الانتاجية عبارة عن انتاج الأشياء والظروف الضرورية للنمو والسعادة . وصاحب الشخصية المنتجة قادر على استخدام مهاراته ومعلوماته بما يؤدي إلى انتاج كل ما هو ضروري لجعله سعيدا متمتعاً بصحة نفسية سليمة .

٤ — وأوضحت « كارين هورني » <sup>(٨)</sup> أن علاقة الشخص بذاته الحقيقية هي أساس الشخصية السوية والصحة النفسية السليمة . والشخص المنفصل عن ذاته غير سوى . والشخص الذي يعرف ذاته ويحس بمشاعره واراادته ويقر بمسئوليته تجاه تصرفاته يعبر عن شخصية سوية .

٥ — واعتبر « أدلر » <sup>(٩)</sup> أن « الشعور الاجتماعي » مؤشر للشخصية السوية . ويرمز الشعور الاجتماعي إلى الشعور بالتوحد مع كل البشر . وصاحب الشخصية غير السوية — بالنسبة لأدلر — هو الذي يكرس كل طاقاته للحصول على القوة ليخلص نفسه عن مشاعر

---

Fromm, E.; *Man for Himself*. New York : Holt, (٧)  
1947, p.p. 82 - 106 .

Horney, K. ; *Neurosis and Human Growth*. New (٨)  
York : Norton, 1950, 1

Adler, A.; *Understanding Human Nature*. New York : (٩)  
Greenberg, 1929, P.P. 30 - 32 .

النقص ، ويدفع هذا التعويض الشخص إلى التنافس مع الآخرين بدلا من سعيه للحصول على تعاونهم معه ومحبتهم اياه .

٦ — واعتبر « مازلو »<sup>(١٠)</sup> أن « الشخص المحقق لذاته » يتميز بشخصية سوية . ويرمز تحقيق الذات الى عملية تحقيق القوى الكامنة الفطرية في الشخص . وفي رأيه أن الشخص لا يستطيع تحقيق ذاته حتى يكون لديه رصيد من إشباع حاجاته الأساسية . وإذا ما تحققت أو أشبعت هذه الحاجات تماما فإنه يستطيع أن يوجه طاقاته لمهمة تحقيق الذات — كالإنتاج العلمي ، أو العمل الفني ، أو العمل التنظيمي . وحدد « مازلو » مجموعة من الخصائص يتصف بها الشخص المحقق لذاته تتلخص في : ادراك الواقع والتوافق معه ، وتقبله لذاته وللآخرين ، والتلقائية ، والاحساس برسالته في الحياة ، والاستقلال الذاتي ، والشعور بالانتماء والتوحد مع بني الإنسان ، والعلاقات الشخصية العميقة المتبادلة ، والتمييز بين الوسائل والغايات ، والخلق والابداع ، والحاجة الى العزلة والخلوة الذاتية .

٧ — لفت « رانك »<sup>(١١)</sup> الأنظار الى « الخلق والابداع » كأساس للسلوك السوي . والشخص الذي يظهر روحا خلاقة هو الذي يتقبل ارادته وفرديته ويؤكددها ، كما أنه لا يخاف التجديد خشية الاختلاف مع الآخرين .

وفي ختام هذه المناقشة عن خصائص الشخصية السوية ، يبدو من المعقول ابراز النقاط الآتية :

**أولا —** يمكن تحليل السلوك الى نتائج مترتبة على اشباع الحاجة . وما دامت الحاجات تشير الى تقدير ما هو فعال لتحقيق غايات متعددة لها قيمة ، فإنه يمكن تحديد الحاجات الأساسية للإنسان في الآتي : الحاجات البيولوجية ، والحاجة الى الأمن ، والحاجة الى الانتماء ، والحاجة الى الاعتراف والتقدير ، والحاجة الى تحقيق الذات .

---

Maslow. A.; *Motivation and Personality*. New York : (١٠) Harper, 1954, 12

Rank, O. ; *Will Therapy and Truth and Reality*. (١١) New York : Knopf, 1945, P.P. 111 - 112 .

**ثانياً —** يعتبر الاتصال بالواقع من مؤشرات الشخصية السوية ويتصل الشخص بالواقع عندما يكون ادراكه الحسى ومعتقداته صحيحين واننا نحصل على معتقداتنا عن العالم الذى نعيش فيه عن طريق الادراك الحسى ومن الحدس والذاكرة والخيال • وهذه المصادر عرضة للخطأ كما أن المعتقدات المستمدة منها قد تكون غير صحيحة الا اذا تعرضت لاختبار واقعى • وهذا يعنى مقارنة هذه المعتقدات بالدليل الملموس ودراسة مدى اتفاقها مع معتقدات أخرى راسخة •

**ثالثاً —** يحتاج الفرد أنى الآخرين لمعاونته فى حل المشكلات التى تعترضه •• فهو يحتاج الى الآخرين ليتصرفوا بطرق تشبع حاجاته التى لا يستطيع أن يشبعها بسلوكه الخاص المستقل • وهو يحتاج الى الآخرين ليسلكوا نحوه بطرق تدعم تقديره لذاته وتجعله يشعر بالأمن أى التحرر من أى خوف أو خطر بالحرمان أو العدوان أو من الأخطار المترتبة على نبذه ورفضه وعدم تقبله من الآخرين • ويستخدم مصطلح السلوك الشخصى المتبادل للتعبير عن سلوك شخص فى علاقته بشخص آخر ، وهو سلوك صحى تلقائى متغير مرن ، ويعبر عن الذات الحقيقية للفرد •

**رابعاً :** للعلاقات الشخصية السوية المتبادلة مميزات أساسية هى :

- ١ — أن لدى كل طرف مفهوم دقيق عن شخصية الطرف الآخر •
- ٢ — يميل كل طرف الى مميزات الآخر ويتقبلها •
- ٣ — يشعر كل طرف باهتمام نحو الآخر وسعاده •
- ٤ — يتصل كل طرف اتصالاً كاملاً بالآخر •
- ٥ — يفرض كل طرف مطالب وتوقعات معقولة على الآخر •
- ٦ — يحترم كل طرف حق الآخر فى تقرير شئونه •

**خامساً :** تعتبر ذات الفرد محدداً هاماً لسلوكه • ويمدنا تكوين الذات بحدود معينة لسلوكنا الصريح ولخبرتنا الذاتية • وبصفة عامة يسمى الشخص الى التصرف بطرق تتفق مع بناء ذاته ، ويقيد أفكاره

ومشاعره ورغباته فى حدودها • ويتكون مفهوم الذات من كل المعتقدات التى يحملها الشخص عن نفسه ، مثل القرارات المتعلقة بأنماط استجاباته لمواقف الحياة المختلفة •

\* \* \*

### الصحة النفسية والتكيف

تميل الكائنات الحية الى تغيير نشاطها استجابة لما يحدث فى بيئتها من تغير •• فعندما يطرأ تغير على البيئة التى يعيش بها الكائن فإنه يعدل سلوكه وفقا لهذا التغير ويبحث عن وسائل جديدة لاشباع حاجاته ، فاذا لم يجد اشباعا لهذه الحاجات فى بيئته فهو اما أن يعمل على تعديلها أو يعمل على تعديل حاجاته ، وهذا النوع من السلوك يسمى « بالتكيف » ( Adjustment ) ، فالتكيف يشير الى أن الأحداث النفسية تعمل على استبعاد حالات التوتر وإعادة الفرد الى مستوى معين هو المستوى المناسب لحياته اذا لم يحدث تكيف على الاطلاق فإن الكائن يموت •

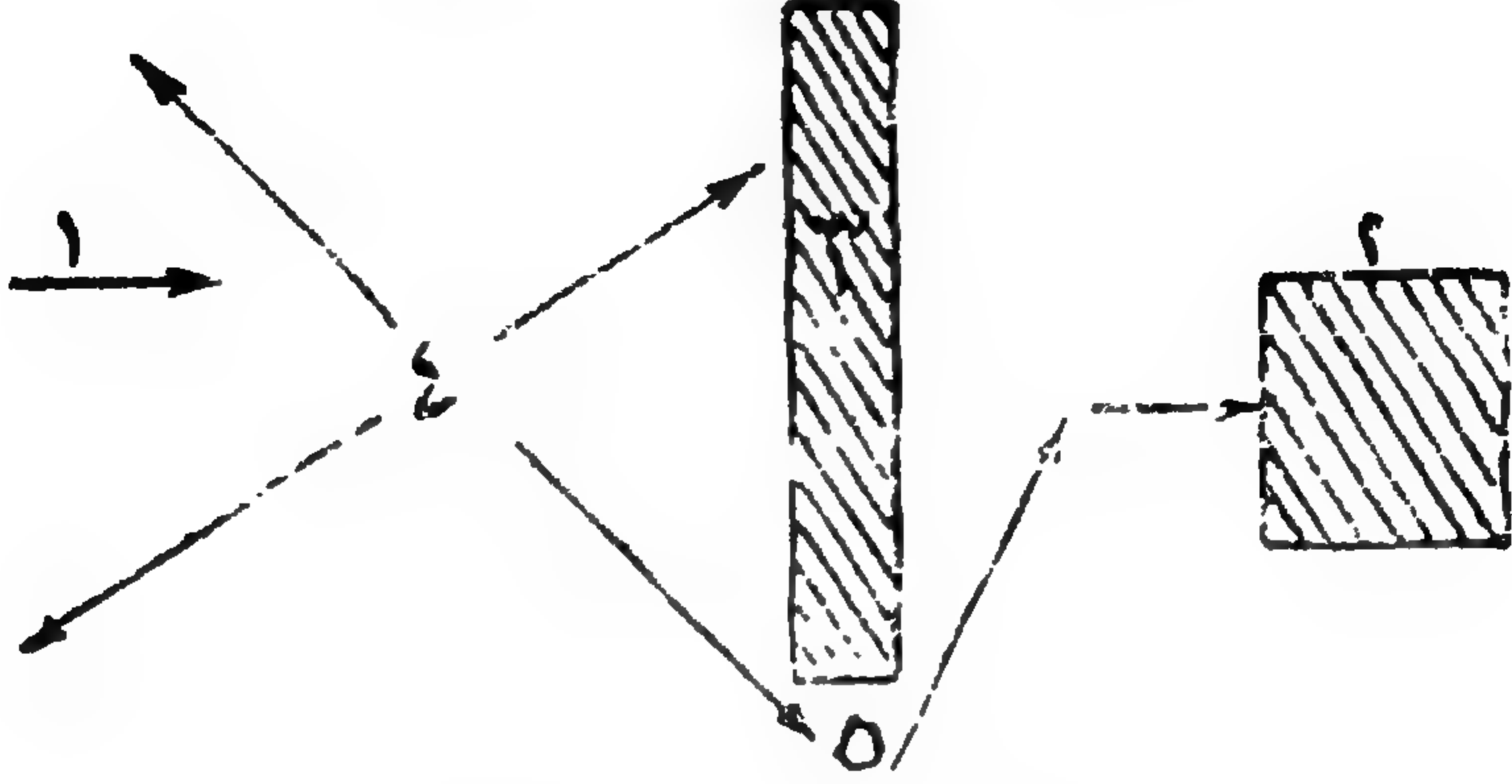
واذا اشبعت جميع دوافع الانسان فى الحال اشباعا سهلا فلن تصبح هناك حاجة لعملية التكيف ، ولكن ذلك لا يحدث فى كثير من الأحوال • فهناك عقبات معينة تحول دون الاشباع المباشر للدوافع •• فمثلا قد تستثار لدى الفرد دوافع للسيطرة والسيادة أو الشهرة والمكانة المرموقة ، وقد لا يستطيع اشباع هذه الدوافع وازالة التوتر الناجم عنها فى الحال ، وقد يكون سبب ذلك بعض العقبات الخارجية كالمنافسة التى يجدها عند أشخاص آخرين تحركهم نفس الدوافع ، أو قد يرجع ذلك الى عقبات أخرى داخلية ناجمة عن نقص فى قدراته • ولكن من شأن الدافع القوى متى استثير أن يجعل الفرد فى حالة نشاط وحركة حتى تحدث استجابة تشبع الدوافع وتزيل التوتر • وهذه الأفعال التى تظهر عندما يستثار الدافع وتنتهى عندما يشبع هى التى تسمى فى مجموعها بعملية التكيف •

\* \* \*



### ● عملية التكيف :

يمكن أن نوضح عملية التكيف بالشكل الآتي (١٢) :



شكل رقم ( ٢ ) - عملية التكيف

شخص يسلك سلوكا معيناً (١) مدفوعا بدافع معين نحو الهدف (٢) الذي يشبع هذا الدافع ، وعندما تعترضه عقبة (٣) فإنه يقوم بأفعال أو استجابات مختلفة (٤) حتى يجد أنه باستجابة معينة (٥) يتغلب على هذه العقبة ويصل الى هدفه (٢) ويشبع حاجته . والخطوات الرئيسية في هذا التسلسل الذي يرمى الى التكيف ترجع الى استمرار وجود الدافع ، فاذا وجد عائق يحول دون الاشباع المباشر فان الكائن يقوم بعدة استجابات مختلفة ليزيل التوتر ويشبع حاجته . وتتوقف قوة الاستجابات واستمرارها الى حد كبير على شدة الدافع أولا ، ثم على العوائق التي تحول دون الاشباع المباشر وتثير استجابات مختلفة تؤدي الى خفض التوتر أو الى الاشباع ، كما تتوقف أيضا على قدرة الفرد على ادراك الموقف الذي يتطلب تكيفا .

وقد يكفي ظهور أى عائق أمام الدافع حتى تبدأ عملية التكيف، ولكن قوة الاستجابات واستمرارها تتوقف بدرجة كبيرة على شدة الدافع . ففي كل يوم من حياتنا تحدث عدة عمليات للتكيف بالنسبة

للكثير من الدوافع ، واذا كان الدافع وقتيا عابرا فقد يختفى قبل أن توجد طريقة للاثباع ، ولكن هناك دوافع قوية تتعلق بالجماعة التي يعيش فيها الفرد كالرغبة فى السيطرة والتفوق والمكانة الاجتماعية المرموقة مما له أكبر الأثر فى مشكلات التكيف . وان اعاقة مثل هذه الدوافع يؤدى الى نشاط مستمر لا يتوقف الا اذا حدث نوع من الاشباع ولو كان اشباعا غير سوى .

\* \* \*

### ● مؤشرات التكيف والصحة النفسية :

هناك علامات أو مؤشرات يمكن أن تفيدنا فى الاستدلال على التوافق والصحة النفسية للأفراد ، ومن أهم هذه المؤشرات ما يأتى (١٢) :

١ - مدى تقبل الفرد للحقائق المتعلقة بقدراته وامكانياته :  
يختلف الناس من حيث قدراتهم واستعداداتهم الجسمية والعقلية وامكانياتهم الشخصية فى شتى المجالات ، وطبقا لبدأ الفروق الفردية فاننا نختلف فى هذه النواحي اختلافات واسعة . واحدى وسائل التعرف على الصحة النفسية لشخص من الأشخاص هى أن نسأل : الى أى حد يدرك هذا الشخص حقيقة وجود الفروق الفردية بين الناس ومدى اتساع هذه الفروق ؟ وكيف يتصور هذا الشخص نفسه بمقارنتها بالآخرين ؟ وما هى فكرته عن حدود قدراته وميزاته الشخصية وما يستطيعه وما لا يستطيعه ؟

اننا قد نجد بعض الأشخاص ممن يدركون أنفسهم على حقيقتها، ويفهمون ذواتهم فهما واقعيا عن وعى واستبصار ، وفى ذلك ما يهينهم أن يتجنبوا مواقف الاحباط والافاق والفشل ويساعدتهم على الانجاز السليم وتحقيق أهدافهم والتوافق فى حياتهم . ولكننا فى ذات الوقت نلاحظ أن الكثيرين يميلون الى المبالغة فى تصور قدراتهم

---

(١٢) صموئيل مغاريوس : الصحة النفسية والعمل المدرسي . القاهرة  
مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٧٤ ، ص ٥٥ - ٦٠ .

ويتوهمون فى أنفسهم أكبر من طاقاتهم ، كما يحاول البعض الآخر أن يقلل أو يهون من شأن نفسه ويركز على نواحي قصوره وعيوبه ونقائصه ولا يستطيع — بسبب ما يعانىه من الشعور بالنقص — أن يرى امكانياته على حقيقتها بوضوح •

ونستطيع أن ندرك بسهولة كيف أن تصور الفرد الخاطيء لنفسه أو عدم تقبله للحقائق الموضوعية المتعلقة بشخصه ، لا يؤدي الى توافقه وتكيفه النفسى أو الى حسن تعامله مع الآخرين •

## ٢ — مدى استمتاع الفرد بعلاقاته الاجتماعية :

اننا نلاحظ أن بعض الأفراد يتميزون بالقدرة على اقامة علاقات اجتماعية موفقة مع الآخرين وعقد الصداقات وتدعيم الروابط فى الجماعات التى يتصلون بها • وتعتبر هذه العلاقات الاجتماعية سندا وجدانيا هاما وأحد مقومات الصحة النفسية •

اننا بحاجة شديدة الى الشعور بالانتماء ، والى تقبل الآخرين وتقديرهم لنا واعترافهم بنا ، والى احساسنا كذلك بأننا نستطيع أن نسهم بايجابية فى المجموعات التى ننتمى اليها ، وأن نكون أعضاء نافعين فى هذه الجماعات ، حتى نحقق التوافق والاشباع فى حياتنا • واذا ما كانت علاقة الفرد مع زملائه أو رفاقه علاقة سيئة متدهورة ، فان ذلك من شأنه أن يؤثر على معنوياته وعلى توافقه النفسى •

ومعنى هذا أن النجاح أو الفشل فى اقامة علاقات مشبعة فى مجال الأسرة والصداقة والزمالة هو أحد المعايير الأساسية للتوافق والصحة النفسية •

## ٣ — مدى نجاح الفرد فى عمله ورضاه عنه :

هناك بعض الأفراد الذين يؤدون أعمالا وهم كارهون ، أو أعمالا غير ملائمة لقدراتهم وامكانياتهم واستعداداتهم اذ قد تكون متطلبات هذه الأعمال أكثر مما يستطيعه الشخص أو أقل منه • فقد نجد شخصا

يؤدي عملا روتينيا متكررا لا يسمح بالابتكار أو التعديل أو التغيير ،  
فى حين أن الشخص تتوافر لديه قدرات ابداعية وابتكارية ، وحينئذ  
يشعر الشخص بنفور من العمل ولا يرضى عنه ولا يحقق الكفاية  
الانتاجية المنشودة . وعلى العكس من ذلك ، اذا كان العمل يتطلب  
قدرة تحليلية أو ابتكارية لا تتوافر لدى الشخص القسائم به ، فانه  
سيشعر بأن متطلبات العمل فوق مستواه ويشعر بقصوره وعجزه مما  
يؤدي الى الاحباط ، وقد ينعكس هذا على حياته بصفة عامة فيقضى  
مضجعه وينغص حياته ويصبح قلقا لا يستقر على حال . هذا بالاضافة  
الى مدى ما يحققه العمل من اشباع لحاجات الفرد المادية والمعنوية .  
ان وضع الفرد المناسب فى العمل الملائم من أهم الموضوعات  
التي يتصدى لها العلم الحديث . . فهناك فرع من علم النفس وهو  
« علم النفس المهني » الذي يستهدف المواءمة بين الفرد والعمل ،  
ويتضمن جانبين هامين : الأول هو « التوجيه المهني » الذي يرمى الى  
مساعدة الفرد على اختيار الأعمال التي تتناسب مع قدراته واستعداداته  
وميوله وميزاته الشخصية وخبراته بما يحقق له الرضا والاشباع .  
والثاني هو « الانتقاء المهني » الذي يستهدف انتقاء أصلح فرد لأداء  
العمل بنجاح .

#### ٤ - مدى كفاءة الفرد في مواجهة مشكلات الحياة اليومية :

تختلف قدرة الناس على تحمل المشاق ومواجهة مشكلات الحياة  
اليومية . . فنجد بعض الناس ينزعجون انزعاجا شديدا عند حدوث  
أى تغيير غير متوقع فى مجرى الأمور أو لعدم حصولهم على ما يريدون ،  
وقد يصل الأمر بهم الى الاضطراب والانهيار لمجرد تعرضهم للاحباطات  
البسيطة . وعلى العكس من ذلك فهناك من الناس من يستطيع أن  
يواجه مشكلات الحياة وأحداثها اليومية بصلابة وقوة مع درجة عالية  
من التحمل والصمود ، فيستطيع أن يواجه مواقف الاحباط بآثران وهدوء  
دون تسرع أو تخطب .

ان درجة مواجهة المشاق وتحمل الصعاب تعتبر من أهم مقاييس  
الصحة النفسية واحدى المؤشرات للتكيف السليم .



### ٥ - تنوع نشاط الفرد وشموله :

يقصر بعض الناس اهتمامتهم على جانب واحد فقط من جوانب نموه كأن يركز على تنمية مداركه العقلية أو قواه الجسمية أو على الدراسة والتحصيل دون العناية بجوانب النمو الأخرى . ولكن الاستمتاع بالحياة والتجاوب معها يستلزم العناية بأنواع متعددة من المعارف والمهارات ، ويقتضى الحرص على النمو المتكامل ألا نهمل ناحية من نواحيه ولا نسمح بجانب واحد أو مظهر من مظاهر النمو بأن يطفئ على الجوانب والظواهر الأخرى . اننا بحاجة الى أن تنمو معارفنا ومداركنا ، كما نحتاج الى تنمية الكثير من المهارات الحركية والفنية والعملية ، كما نحتاج الى العناية بالنمو الجسمي ، هذا بالإضافة الى الاهتمام بتنمية علاقاتنا الاجتماعية ، الى غير ذلك من أبعاد النمو المختلفة .

وهناك فرق كبير بين أن تكون اهتمامات الشخص ضيقة ومحدودة وبين أن تتسع اهتماماته وميوله فتشمل نواحي الحياة المختلفة . فإذا صادف أحد الأفراد احباطا أو فشل في حياته عند محاولة تحقيق هدف معين فانه اذا لم يكن قد اختار هدفا آخر في الحياة واكتفى بتركيز كل آماله على هذا الهدف فانه سينهار فعلا وستظل حياته مفتقرة الى الاشباع باستمرار . أما اذا اتخذ الفرد لحياته أهدافا واهتمامات متنوعة متعددة ، فانه اذا ما فشل في تحقيق أحدها يستطيع أن يعوض ذلك عن طريق الاهتمام بالأهداف الأخرى ، وبذا يمكنه أن يحقق التوافق في حياته .

### ٦ - اشباع الفرد لدوافعه وحاجاته :

تحرك الانسان في كل مرحلة من مراحل حياته دوافع وحاجات أساسية ، وبعض هذه الحاجات فسيولوجي في طبيعته والبعض الآخر نفسي اجتماعي . ان اشباع الدوافع والحاجات من ألزم الضروريات للانسان لتحقيق التوافق والشخصية السوية والصحة النفسية السليمة .

## ٧ - ثبات اتجاهات الفرد :

ان ثبات اتجاهات الفرد ومواقفه أمر لا يتحقق الا مع توافق خط فكري واضح وخلفية فلسفية عميقة تصدر عنها أحكام الفرد وتصرفاته المختلفة . ان هذه الفلسفة المتعلقة بالحياة تيسر على الفرد أن يقتصر بصورة تلقائية تقريبا بالنسبة لأغلب الموضوعات والقضايا التي تعرض له . ولا شك في أن تكوين فلسفة واضحة في الحياة ليس بالأمر السهل الهين ، بل هي عملية تدريجية تتأثر بما يكونه الفرد من قيم خلال حياته وخبراته المتنوعة في الأسرة والعمل والدراسة وفي خلال اتصالاته الاجتماعية ، كما تتأثر أيضا بثقافة الفرد وما يبذله من جهد في حياته ومن اتصالات يقوم بها .

ولا نغنى بثبات الاتجاهات أن تكون الاتجاهات جامدة غير قابلة للتعديل أو التطوير ، بل من الضروري أن تتوافر المرونة حيث انها دليل على النمو والتقدم ، والمقصود ألا تتصف اتجاهات الفرد بالتناقض والتذبذب على المدى القصير . ومن الواضح أن ثبات اتجاهات الفرد يشير الى تكامل الشخصية والى الوضوح والاطراد كما تشير أيضا الى الاستقرار الانفعالي الى حد كبير .

## ٨ - تصدى الفرد لمسئولية أفعاله وقراراته :

لا شك أن قدرة الشخص على تحمل مسئولية أفعاله وما يتخذه من قرارات هو احدى علامات التكامل والصحة النفسية في آن واحد ، كما أن التهرب من المسئولية هو دلالة واضحة على عدم تكامل النضج الانفعالي . ومن المعروف أن الطفل يعتمد اعتمادا كبيرا على الآخرين الذين يتحملون مسئولية اشباع حاجاته المختلفة ويتخذون نيابة عنه القرارات المتعلقة بأغلب أموره . وكلما كبر الطفل قل تدريجيا اعتماده على الآخرين وزاد اعتماده على نفسه في توجيه شئون حياته . واذا ما انتقل الفرد الى مرحلة الرشد فمن المفروض أن يتحمل مسئولية ما يقوم به من أفعال وتصرفات وما يصدر من أحكام وتقع على عاتقه

وحده هذه المسئوليات • ومعنى ذلك أن المسئولية ترتبط ارتباطا وثيقا بالنضج والرشد ، ويعنى افتقار الفرد اليها أنه لم يصل الى النضج الوجدانى والاجتماعى الكافى وأن هناك خطأ ما أو قصورا فى تنشئة هذا الفرد وفى طبيعته الاجتماعى •

\*\*\*

### الشخصية والأخلاق

ان الاحاطة بموضوع الشخصية يدعونا الى أن نلقى نظرة سريعة على بحث الأخلاق والدين وصلتهما بالشخصية • ولقد كان « الغزالى » من المبرزين فى هذا الميدان ، وكانت الدراسات الأخلاقية ضعيفة قبل أن يتناولها بالتوضيح والتتظيم القائمين على فهم عميق بالنفس البشرية • وللخلق عند الغزالى معان أربعة (١٤) :

- ١ — الفعل الجميل والقبيح •
- ٢ — القدرة عليهما •
- ٣ — المعرفة بهما •
- ٤ — وأخيرا هيئة للنفس بها تميل الى أحد الجانبين ، وتيسر عليها أحد الأمرين ، أما الحسن وأما القبح •

وهكذا فان الخلق عند الغزالى ليس هو الفعل أو السلوك المفرد، فرب شخص خلقه السخاء ، ولا يبذل ، أما لفقد مال أو لمانع ، وربما يكون خلقه البخل وهو يبذل ، أما لباعث معين أو لرياء • وليس الخلق هو القوة لأن نسبة القوة الى الامساك والاعطاء واحدة ، وكل انسان خلق بالفطرة قادرا على الاعطاء والامساك • وليس الخلق هو المعرفة، فان المعرفة تتعلق بالجميل والقبيح جميعا على وجه واحد • فالخلق هو عبارة عن المعنى الرابع ، وهو الهيئة التى بها تستعد النفس لأن يصدر منها الامساك أو البذل • فالخلق — اذن — عبارة عن هيئة النفس وصورتها الباطنة •

---

(١٤) عبد الكريم العثمان : دراسات النفسية عند المسلمين والغزالى بوجه خاص ( ط ٢ ) ، القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ ، ص ٢٧٥ — ٢٧٨ .  
( ٧ — الشخصية السوية )

وقد اقتبس الغزالي نظرية الفضائل الأربعة التي قال بها أفلاطون وهي : الحكمة والشجاعة والعفة والعدل ، كما نظر الى الفضيلة على أنها وسط بين رذيلتين متأثرا بأرسطو . وقد عرض الغزالي هذه الفضائل بمضمون اسلامي ، وأضاف اليها مجموعة من القيم المقتبسة من روح الاسلام ، كالرحمة والحرية والتدين والعدل . ويلاحظ أن كثيرا من فلاسفة الاسلام كابن مكسويه وابن سينا والتوحيدى قالوا بهذه الفضائل ، كما قالوا بأن الفضيلة وسط ، لقوله تعالى : « وكذلك جعلناكم أمة وسطا .. » ( البقرة : ١٤٣ )

ان الأخلاق في الاسلام لم تدع جانبا من جوانب الحياة الانسانية .. روحية أو جسمية ، دنيوية أو دينوية ، عقلية أو انفعالية ، أو فردية أو اجتماعية .. الا رسمت له المنهج الأمثل للسلوك الرفيع القويم . وفيما يلي أمثلة لهذا الشمول في مجال الفرد والمجتمع :

١ — ان من أخلاق الاسلام ما يتعلق بالفرد في كافة نواحيه :

( أ ) جسما له ضروراته وحاجته ، مثل قول الله تعالى : « وكلوا واشربوا ولا تسرفوا » . ( الأعراف : ٣١ )

وقبول الرسول صلى الله عليه وسلم : « ان لبدنك عليك حقا » . ( رواه الشيخان )

( ب ) وعقل له مواهبه وآفاقه ، يول القرآن الكريم : « قل انظروا ماذا في السموات والارض .. » .

( يونس : ١٠١ )

« قل انما أعظكم بواحدة ، أن تقوموا لله مثنى وفرادى ثم تتفكروا » . ( سبأ : ٤٦ )

( ج ) ونفسا لها مشاغلها ودوافعها ، يقول تعالى : « ونفس وما سواها . فآلهمها فجورها وتقواها . قد أنزل من زكاه . وقد خاب من دساها » . ( الشمس : ٧ — ١٠ )

٢ — ومن أخلاق الاسلام ما يتعلق بالمجتمع :

( أ ) في آدابه ومجاملاته ، مثل : « يا أيها الذين آمنوا لا تدخلوا بيوتا غير بيوتكم حتى تستأنسوا



وتسلموا على أهلها ، ذلكم خير لكم لعلكم تذكرون •  
(النور : ٢٧)

( ب ) وفى اقتصاده ومعاملاته :  
« ويل للمطففين • الذين إذا اكتالوا على الناس يستوفون • وإذا  
كالوهم أو وزنوهم يخسرون » • ( المطففين : ١ — ٣ )

( ج ) وفى سياسته وحكمه :  
« ان الله يأمركم أن تؤدوا الأمانات الى أهلها وإذا حكمتم بين  
الناس أن تحكموا بالعدل » • ( النساء : ٥٨ )  
وبهذا يتجلى شمول الأخلاق الإسلامية ، من حيث موضوعها  
ومحتواها ..

\*\*\*

### ● الأخلاق الفاضلة فى القرآن والسنة :

يحث القرآن الكريم على التحلى بالأخلاق الفاضلة واتباع  
الأسلوب القويم ، والابتعاد عن الشر وسوء الخلق .. وسنناقش  
فيما يلى أهم القيم والمبادئ الخلقية التى تتضمنها المعاملة ، منع  
الاستشهاد بالقرآن الكريم والحديث الشريف ، وتتلخص هذه المبادئ  
فيما يأتى :

- أدب الحديث •
- التسامح والرحمة •
- الحلم والصفح •
- العدالة •
- الصدق والأمانة •
- الوفاء والاخلاص •
- الصبر •
- الحياء •
- الاخاء •
- الاتحاد والتعاون •

## أولا - أدب الحديث :

ان نعمة البيان أجل النعم التي أسبغها الله تعالى على الانسان ،  
وكرمه بها على سائر الخلق ، قال تعالى :

« الرحمن • علم القرآن • خلق الانسان • علمه البيان » •

( الرحمن : ١ - ٤ )

وقد أوضح الاسلام كيف يستفيد الناس من هذه النعمة المسداة ،  
وكيف يجعلون كلامهم الذي يتردد على ألسنتهم طوال يومهم طريقا  
الى الخير المنشود • وقد عنى الاسلام عناية كبيرة بموضوع الكلام  
وأسلوب أدائه ، لأن الكلام الصادر عن انسان ما يشير الى حقيقة  
عقله وطبقة خلقه ، ولأن طرق الحديث السائدة في جماعة ما تحكم على  
مستواها العام ومدى تغلغل الفضيلة في بيئتها •

والبعد عن اللغو من أركان الفلاح ، ودلائل الاكتمال ، وقد ذكره  
القرآن الكريم بين فريضتين من فرائض الاسلام ، هما الصلاة  
والزكاة :

« قد أفلح المؤمنون • الذين هم في صلاتهم خاشعون • والذين  
هم عن اللغو معرضون • والذين هم للزكاة فاعلون » •

( المؤمنون : ١ - ٤ )

فاذا تكلم المرء فليقل خيرا وليعود لسانه الجميل من القول •  
والكلام الطيب العف يجمل مع الأصدقاء والأعداء جميعا وله ثماره  
الطيبة • فاما مع الأصدقاء فهو يحفظ مودتهم ، ويستديم صداقتهم ،  
ويمنع كيد الشياطين أن يوهن حبالهم ويفسد ذات بينهم (١٥) • قال  
تعالى :

« وقل لعبادي يقولوا التي هي أحسن ، ان الشيطان يترغ  
بينهم ، ان الشيطان كان للانسان عدوا مبينا » •

( الاسراء : ٥٣ )

---

(١٥) محمد الغزالي : خلق المسلم ( ط ٨ ) ، القاهرة ، دار الكتب  
الحديثة ، ١٩٧٤ ، ص ٧٢ - ٨١ •

وأما حسن الكلام مع الأعداء فهو يطفىء خصومتهم ، ويكسر  
 حدتهم ، أو على الأقل يوقف تطور الشر . قال تعالى :  
**« ولا تستوي الحسنة ولا السيئة ، ادفع بالتي هي أحسن فإذا  
 الذي بينك وبينه عداوة كأنه ولي حميم »** . ( فصلت : ٣٤ )  
 ومن الحديث النبوي الشريف :

— عن أبي هريرة رضى الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم  
 قال : **« من كان يؤمن بالله واليوم الآخر ، فليقل خيرا ، أو ليصمت »** .  
 ( متفق عليه )

— وعنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : **« ان العبد  
 ليتكلم بالكلمة من رضوان الله تعالى ما يلقى لها بالاً  
 يرفعه الله بها درجات ، وان العبد ليتكلم بالكلمة من سخط الله تعالى  
 لا يلقى لها بالاً يهوى بها فى جهنم »** . ( رواه البخارى )

— وعن أبى موسى رضى الله عنه قال : قلت : يا رسول الله ..  
 أى المسلمين أفضل ؟ قال : **« من سلم المسلمون من لسانه ويده »** .  
 ( متفق عليه )

— **« أكثر خطايا ابن آدم لسانه »** . ( الطبرانى والبيهقى )

\*\*\*

## ثانياً — التسامح والرحمة :

الاسلام دين سمح يشجع على الحرية فى التفكير والحرية فى  
 ابداء الرأى ، ويدعو الى تبادل المودة والتراحم بين بنى البشر . والقرآن  
 الكريم يحثنا على العفو والصفح والاعراض عن الجاهلين ، كما يأمرنا  
 أن نصل من قطعنا ونعطى من حرمانا ، قال تعالى :

**« .. فاصفح الصفح الجميل »** . ( الحجر : ٨٥ )

**« خذ العفو وأمر بالعرف وأعرض عن الجاهلين »** .

( الأعراف : ١٩٩ )

**« .. وليعفوا وليصفحوا ، ألا تحبون أن يغفر الله لكم ، والله**

**غفور رحيم »** . ( النور : ٢٢ )

ان هذه الصفات الخلقية التي حثنا الاسلام على التحلى بها هي المثل العليا التي تربط الانسان بأخيه الانسان • فبالتسامح والحلم تدوم الأخوة الصادقة وتقوى الروابط والصلات بين الناس • والمؤمن عزيز النفس يدرك كل الادراك متى يقابل الاساءة بالعفو ومتى يقابل الاساءة بمثلها (١٦) قال تعالى :

« وجزاء سيئة سيئة مثلها ، فمن عفا وأصلح فأجره على الله ، انه لا يحب الظالمين » • ( الشورى : ٤٠ )

ان الرحمة كمال في الطبيعة يجعل المرء يرق لآلام الآخرين ويسعى لزاللتها ، ويأسى لأخطائهم فيتمنى لهم الهدى • هي كمال في الطبيعة لأن تبرد الحس يهوى بالانسان من منزلته الانسانية بل ويجرده من أفضل صفاته ، وهي العاطفة النابضة بالحب والمودة والرحمة والرافة •

والرحمة في أفقها الأعلى وامتدادها المطلق صفة للمخالق عز وجل • فان رحمته شملت انوجود وعمت الملكوت • فحيثما أشرف شعاع من علمه المحيط بكل شيء انبثق معه شعاع للرحمة الغامرة • ولذلك كان من صلاة الملائكة له سبحانه :

« ربنا وسعت كل شيء رحمة وعلما فاغفر للذين تابوا واتبعوا سبيلك وقهم عذاب الجحيم » • ( غافر : ٧ )

وكثير من أسماء الله الحسنی ينبع من معاني الرحمة والكرم والفضل والعفو • وقد جاء في الحديث القدسي : « ان رحمتي تغلب غضبي » • ( رواه البخاري )

ولقد أراد الله أن يمن على العالم برجل يمسخ آلامه ، ويخفف أحزانه ، ويرثي لخطاياهم ، ويأخذ بناصر الضعيف • فأرسل « محمدا » عليه الصلاة والسلام ، وسكب في قلبه العلم والحلم ، وفي خلقه

---

(١٦) صلاح عبد القادر البكري : القرآن وبناء الإنسان • ج ١ : تهامة ، ١٩٨٢ ، ص ١٣٩ - ١٤٢ •



من الایناس والبر ، وفى طبعه من السهولة والرفق ، ما جعله أزكى عباد الله رحمة ، وأوسعهم عاطفة ، وأرحبهم صدرا • لذلك قال فيه :

« فيما رحمة من الله لنت لهم ، ولو كنت فظا غليظ القلب لا قبضوا من حولك .. » • ( آل عمران : ١٥٩ )

وقد جاءت الأحاديث تترى حاثّة على هذه الرحمة الشاملة ، فقال عليه الصلاة والسلام : « من لا يرحم الناس لا يرحمه الله » •

( البخارى )

— « من لا يرحم من فى الأرض لا يرحمه من فى السماء » •

( الطبرانى )

— « من لا يرحم لا يرحم ، ومن لا يغفر لا يغفر له » •

( أحمد )

— « لا تنزع الرحمة الا من شقى » • ( أبو داود )

والاسلام رسالة خير وسلام وعطف على البشر كلهم ، وقد قال الله لرسوله : « وما أرسلناك الا رحمة للعالمين » •

( الأنبياء : ١٠٧ )

وسور القرآن كلها مفتحة بـ « بسم الله الرحمن الرحيم » •

وليست الرحمة حنانا لا عقل منه ، أو شفقة تتنكر للعدل والنظام .. انها عاطفة ترعى هذه الحقوق جميعا • فالزجر فى موضعه ، والعقاب فى مكانه ، مطلوب عندما تدعو الحاجة ، كى تستقيم الأمور ويستتب الأمن والنظام • • أن القسوة التى استنكرها الاسلام جفاف فى النفس لا يرتبط بمنطق أو عدالة • انها نزوة تتشبع من الاساءة والايذاء ، وتمتد مع الأثرة المجردة والهوى الأعمى • • أما الرحمة فهى أثر من الجمال الالهى الباقي فى طابع البشر يحدوهم الى البر ، ويهب عليهم فى الأزمات الخائقة زينا لطيفة ترطب الحياة وتنعش الصدور •

ونبه الاسلام الى أن هناك أقواما ينبغى أن يحظوا بأضعاف من الرحمة والعناية :

— من هؤلاء ذوو الأرحام ، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « الراحمون يرحمهم الله تعالى ، أرحموا من فى الأرض يرحمكم من فى السماء ، الرحم شجرة ( أى قرابة مشتبكة ) من الرحمن ، من وصلها وصله الله ومن قطعها قطعه الله » . ( الترمذى )

فعلى المسلم أن يؤدى حقوق أقربائه وأن يقوى بالمودة الدائمة صلات الدم القائمة .. وأجدر الناس وأولاهم بهذه للرحمة هم الوالدان ، قال تعالى :

« واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا » . ( الاسراء : ٢٤ )

— وممن تجب الرحمة بهم اليتامى : فان الاحسان اليهم وانبر بهم وكفالة عيشتهم وصيانة حقوقهم من أزكى القربات .  
فمن أبى هريرة أن رجلا شكأ الى رسول الله صلى الله عليه وسلم قسوة قلبه . فقال عليه الصلاة والسلام : « امسح رأس اليتيم وأطعم المسكين » . ( رواه أحمد )

— وتجل الرحمة مع المرضى وذوى العاهات .. فان هؤلاء المصابين من شأنهم أن يستقبلوا الحياة بوسائل وامكانات منقوصة ، تعجزهم عن المسير فى ركبها وادراك أغراضهم منها ، وقد عذرهم الله تعالى فلا يجوز أن يؤاخذهم بما أعفاهم الله منه :

« ليس على الأعمى حرج ولا على الأعرج حرج ولا على المريض حرج ، ومن يطع الله ورسوله يدخله جنات تجرى من تحتها الأنهار ، ومن يتول يعذبه عذابا أليما » . ( الفتح : ١٧ )

\*\*\*

### ثالثا — الحلم والصبر :

تتفاوت درجات الناس فى الثبات أمام المثيرات .. فمنهم من تستخفه التوافه فيثور بسرعة ، ومنهم من تستقره الشدائد فيبقى على وضعها الأليم محتفظا برجاحة عقله وسماحة خلقه . ومع أن للطباع

الأصيلة دخلا كبيرا فى أنصبة الناس من الحدة والهدوء ، والعجلة والأناة ، والكدر والسماحة ، إلا أن هناك ارتباطا مؤكدا بين ثقة الفرد بنفسه وبين أناته مع الآخرين وتجاوزه عن خطئهم • فالرجل العظيم حقا كلما خلق فى آفاق الكمال اتسع صدره ، وامتد حلمه ، وعفّر الناس من أنفسهم ، والتمس المبررات لأخطائهم •

وقد رأينا الغضب يشتت بأصحابه الى حد الجنون ، عندما لا يملكون زمام أنفسهم ، ويرون أنهم حقروا تحقيرا لا يعالجه إلا سفك الدم • فلو كان الشخص يعيش وراء أسوار عالية من فضائله فإنه لا يحس بوخز الألم على هذا النحو الشديد ، فالأهانات تسقط على قاذفها قبل أن تصل الى مرماها البعيد • وهذا المعنى يفسر لنا حلم « هود » عليه السلام وهو يستمع الى إجابة قومه بعدما دعاهم الى توحيد الله (١٧) فقالوا :

« .. انا لنراك فى سفاهة وانا لنظنك من الكاذبين • قال يا قوم ليس بى سفاهة ولكنى رسول من رب العالمين • أبلغكم رسالات ربي وأنا لكم ناصح أمين » • ( الأعراف : ٦٦ - ٦٨ )

والجاهلية التى علج رسول الله صلى الله عليه وسلم محوها كانت تقوم على ضربين من انجهالة : جهالة ضد العلم ، وأخرى ضد الحلم • فأما الأولى فتقطع ظلامها يتم بأنواع المعرفة وفنون للتوجيه والارشاد ، وأما الأخرى فكف ظلمها يعتمد على كبج النفس ومنع الفساد • فجاء الاسلام ليقيم أركان المجتمع على العدل ، ولن تتحقق هذه الغاية الا اذا هيمن العقل الراشد على غريزة الغضب • وكثير من النصائح التى أسداها الرسول للعرب تتجه الى هذا الهدف ، حتى اعتبرت مظاهر الطيش والتعدى انفلاقا من الاسلام وانطلاقا من القيود التى ربط بها الجماعة ، ومن الحديث : « سباب المسلم فسوق وقتاله كفر » • ( مسلم )

---

(١٧) محمد الفزالى : خلق المسلم ( ط ٨ ) .. القاهرة : دار الكتب الحديثة ، ١٩٧٤ ، ص ١٠٤ .

ومن الناس من لا يسكت عنه الغضب ، فهو فى ثورة دائمة ،  
وتغنيظ يطبع على وجهه العبوس • اذا مسه أحد ارتعش كالمحموم ،  
وأفشأ يرغى ويزبد ويلعن ويظعن • والاسلام برىء من كل هذه الخلال  
الكدرية • واللعن من الخصال السيئة ، والذين يستنزلون اللعنات على  
غيرهم لأتفه الأسباب يتعرضون لبلاء جسيم • بل ان المرء يجب أن  
يقتزى عن لعن غيره ولو أصابه منه الأذى الشديد • وعلى قدر ما يغبط  
المسلم نفسه ، ويكظم غيظه ، ويملك قوله ، ويتجاوز الهفوات ، ويرثى  
للعثرات ، تكون منزلته عند الله • قال رسول الله صلى الله عليه  
وسلم : « ليس المؤمن بطعان ولا لعان ولا فاحش ولا بذىء » •  
( الترمذى )

ومن الآيات الكريمة فى هذا المجال :

« خذ العفو وأمر بالعرف وأعرض عن الجاهلين » •

( الأعراف : ١٩٩ )

« .. وليعفوا وليصفحوا ، ألا تحبون أن يغفر الله لكم ، والله  
غفور رحيم » •  
( النور : ٢٢ )

« ولا تستوى الحسنة ولا السيئة ، ادفع بالتي هي أحسن فاذا  
الذى بينك وبينه عداوة كأنه ولي حميم » •  
( فصلت : ٣٤ )

« .. والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس ، والله يحب المحسنين »  
( آل عمران : ١٣٤ )

« والذين يجتنبون كبائر الاثم والفواحش وإذا ما غضبوا هم  
يغفرون » •  
( الشورى : ٣٧ )

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه  
وسلم قال : « ليس الشديد بالصرعة ( أى الذى يغلب الناس  
ويضربهم ) إنما الشديد الذى يملك نفسه عند الغضب » •

( متفق عليه )

— « اذا غضب أحدكم فليسكت » • ( أحمد )



- « قال الله عز وجل : من ذكرني حين يغضب ذكرته حين أغضب ، ولا أمحقه فيمن أمحق » • (الديلمى)
- عن عائشة رضى الله عنها قالت : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « ان الله رفيق يحب الرفق فى الأمر كله » • (متفق عليه)
- وعن أن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « ان الرفق لا يكون فى شيء الا زانه ، ولا يتزع من شيء الا شانه » • (مسلم)

\*\*\*

#### رابعاً — العدالة :

الاسلام دين الوحدة بين العبادة والمعاملة ، والعقيدة والسلوك ، والروحيات والماديات ، والقيم الاقتصادية والقيم المعنوية • انه دين الوحدة بين القوى الكونية جميعا ، فهو دين التوحيد • • توحيد الاله ، وتوحيد الأديان جميعا فى دين الله ، قال تعالى :

« وان هذه أمتكم أمة واحدة وأنا ربكم فاتقون » •

(المؤمنون : ٥٢)

وعن تلك الوحدة الكبرى تصدر تشريعات الاسلام وفرائضه ، وحدوده وتوجيهاته ، وآراؤه فى مختلف الشؤون السياسية والاقتصادية والمعاملات • وفى ذلك الأصل الكبير تنطوى سائر الأجزاء والتفصيلات وحين ندرك هذه الفكرة الكلية فى طبيعة النظرة الاسلامية للكون والحياة والانسان ، ندرك معها الخطوط الأساسية للعدالة الاجتماعية فى الاسلام • • فهى قبل كل شيء عدالة انسانية شاملة ، تتناول جميع مظاهر الحياة وجوانب النشاط فيها ، كما تتناول الشعور والسلوك ، والضمائر والوجدانات ، والقيم المادية والمعنوية والروحية • ان الحياة فى نظر الاسلام تراحم وتودد وتعاون وتكافل بين المسلمين على وجه خاص ، وبين أفراد الانسانية على وجه عام (١٨) •

---

(١٨) سيد قطب : العدالة الاجتماعية فى الاسلام • القاهرة : مكتبة

وعندما يضع الإسلام نظمه وتشريعاته ، ونصائحه وتوجيهاته ، لا يغفل ذلك الحب الفطري للذات عند الإنسان ، ولا ينسى ذلك الشح الفطري العميق ، ولكته يعالج الأثرة ويعالج الشح بالتوجيه وبالتشريع فلا يكلف الإنسان الا وسعه ، ولا يغفل في الوقت ذاته حاجات الجماعة ومصالحها ، وغليات الحياة العليا في الفرد والجماعة على توالى العصور والأجيال • يقول الله تعالى في كتابه الكريم عن الانسان :

« **وانه لحب الخير لشديد** » • ( النعاديات : ٨ )

« **٠٠ وأحضرت الأنفس الشح ٠٠** » ( النساء : ١٢٨ )

« **قل لو أنتم تملكون خزائن رحمة ربى أنن لأمسكنكم خشية الاتقاق ، وكان الانسان قتورا** » • ( الاسراء : ١٠٠ )

لقد قرر الاسلام مبدأ المساواة الانسانية ، ومبدأ العدل بين الجميع ، ثم ترك الباب مفتوحا للتفاضل بالجهد والعمل ، كما وضع في الميزان قيما أخرى غير القيم الاقتصادية • قال تعالى :

« **٠٠ ان أكرمكم عند الله أتقاكم ٠٠** » ( الحجرات : ١٣ )

« **٠٠ يرفع الله الذين آمنوا منكم والذين أوتوا العلم درجات ٠٠** » • ( المجادلة : ١١ )

« **المال والبنون زينة الحياة الدنيا ، والباقيات الصالحات خير عند ربك ثوابا وخير أملا** » • ( الكهف : ٤٦ )

وهكذا يبدو أن الاسلام قد وضع قيما أخرى — غير القيم الاقتصادية — يحسب حسابها ، ويجعل منها وسيلة للتعاقل في المجتمع حين تتفاوت الأرزاق بين الناس • فالعدل المطلق يقتضى أن تتفاوت الأرزاق ، وأن يفضل بعض الناس بعضا فيها مع تحقق العدالة الانسانية باتاحة الفرص المتكافئة للجميع ، فلا يقف أمام فرد حسب ولا نشأة ولا أصل ولا جنس ، ولا قيد واحد من القيود التي تغل الجهود وتعطلها •

ان العدالة في ذاتها مطلوبة لأنها أقرب القربات الى الله تعالى • • العدالة في كل شيء وفي كل عمل ، أى العدالة في الأقوال والأفعال

والسلوك عامة • ويجب على المؤمن أن يقاوم الباطل وأن يناصر الحق بكل ما أوتي من قوة • وليس في الاسلام طبقية فلا يكرم الغنى لغناه، ولا يذل الفقير لفقره ، كما لا يعرف التفرقة العنصرية ، فلا فضل لعربي عن أعجمي الا بالتقوى <sup>(١٩)</sup> يقول تعالى :

« يا أيها الناس انا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوبا وقبائل لتعارفوا ، ان أكرمكم عند الله أتقاكم » •

( الحجرات : ١٣ )

« •• واذا قتلتم فاعدلوا ولو كان ذا قربى » •

( الأنعام : ١٥٢ )

« ان الله يأمر بالعدل والاحسان وإيتاء ذى القربى وينهى عن الفحشاء والمنكر والبغى ، يعظكم لعلكم تذكرون » •

( النحل : ٩٠ )

« •• ألا لعنة الله على الظالمين » •

( هود : ١٨ )

« •• ما للظالمين من حميم ولا شفيع يطاع » •

( غافر : ١٨ )

« وتلك القرى أهلكناهم لما ظلموا وجعلنا لمهلكهم موعدا » •

( الكهف : ٥٩ )

ومن الحديث النبوى الشريف فى النهى عن الظلم :

— « من مشى مع ظالم ليعينه وهو يعلم أنه ظالم فقد خرج من

( الطبرانى وأحمد )

الاسلام » •

— « يقول الله عز وجل : وعزتى وجلالى لأنتقم من الظالم فى

عاجله وآجله • ولأنتقم من رأى مظلوما فيسدر أن ينصره قلم

( أحمد )

ينصره » •

— « لعن الله من رأى مظلوما قلم ينصره » • ( الديلمى )

---

(١٩) صلاح عبد القادر البكرى : القرآن وبناء الانسان • جـدة •

تهامة ، ١٩٨٢ ، من ١٠٥ •

- « ان الناس اذا رأوا الظالم فلم يأخذوا على يديه أوشك أن يعمهم الله بعقاب منه » •  
( أبو داود )
- « اذا رأيت أمتي لا يقولون للظالم منهم : أنت ظالم ، فقد تودع منهم »  
( الترمذى )
- « دعوة المظلوم مستجابة وان كان فاجرا ، ففجوره على نفسه » •  
( أحمد )

\* \* \*

### خامسا — الصدق والأمانة :

- ان الاستمسك بالصدق فى كل شىء ، وتحريره فى كل قضية ، والالتجاء اليه فى كل حكم •• دعامة أساسية فى خلق المسلم وصبغة ثابتة فى سلوكه • وكذلك كان بناء المجتمع فى الاسلام قائما على محاربة الظنون ، ونبذ الشائعات ، فان الحقائق وحدها هى التى يجب أن تظهر وتغلب وأن تعتمد فى اقرار العلاقات المختلفة بين الناس •
- قال رسول الله ﷺ : « اياكم والظن فان الظن أكذب الحديث » •  
( البخارى )
- وقال : « دع ما يريبك الى ما لا يريبك ، فان الصدق طمأنينة ، والكذب ريبة » •  
( الترمذى )
- وقد نعى القرآن على أقوام جريهم وراء الظنون التى ملأت عقولهم بالخرافات ، وأفسدت حاضرمهم ومستقبلهم بالكاذيب ، فقال :
- « •• ان يتبعون الا الظن وما تهوى الأفتس ، ولقد جاءهم من ربهم الهدى » •  
( النجم : ٢٣ )
- وقال : « وما لهم به من علم ، ان يتبعون الا الظن ، وان الظن لا يغنى من الحق شيئا »  
( النجم : ٢٨ )

ولقد كان السلف الصالح يتلاقون على الفضائل ويتعارفون بها ، فاذا أساء أحد السيرة وحاول أن ينفرد بمسلك خاطيء ، بدا بعمله هذا — كالأجرب بين الأصحاء ، فلا يطيب له مقام بينهم حتى يبرأ من علقته وكانت المعالم الأولى للجماعة المسلمة صدق الحديث ودقة الأداء وضبط



الكلام .. أما الكذب والنفاق والتدليس والافتراء ، فهي أمارات انقطاع الصلة بالدين ، أو هي اتصال بالدين على أسلوب المدلسين والمفتريين ، أى أسلوب الكذابين غي مخالفة الواقع .

ان الكذب رذيلة محضنة تنبئ عن تغلغل الفساد فى نفس صاحبها ، وعن سلوك ينشئ الشر ويندفع الى الاثم .. هناك رذائل يلتصق بها الانسان ، تشبه الأمراض التى تعرض للبدن ، بل هى حقا أمراض اجتماعية أو خلقية ، ولا يصح منها الا بعد علاج طويل ، كالخوف الذى يصاب به العيابون ، أو الحرص الذى تنتقبض به الأيدي . وقد تكون هناك أعذار لمن يشعرون بوسواس الحرص أو الخوف عندما يواجهون مواقف التضحية والفداء .. ولكنه لا عذر البتة لمن يتخذون الكذب خلقاً ويعيشون به على خديعة الناس .

قال رسول الله ﷺ : « يطبع المؤمن على الخلال كلها ، الا الخيانة والكذب » . ( أحمد )

وكلما اتسع نطاق الضرر اثر كذبة يشيعها أفاك جرىء كان الوزر عند الله أعظم . وهذا الضرب من الافتراء فاحش فى حقيقته ، وخيم فى نتيجته . ويدخل فى نطاق هذا الافتراء ، سائر ما ابتدعه الجاهل ، وأقحموه على دين الله من محدثات لا أصل لها ، عدها العوام ديناً ، وما هى بدين ، ولكنها لهو ولعب .

والمرء قد يستسهل الكذب حين يمزح ، حاسباً أن مجال اللهو لا خطر فيه على أخبار أو اختلاف .. ولكن الاسلام الذى أباح الترويح عن القلوب لم يرض وسيلة لذلك الا فى حدود الصدق المحض ، فإن فى الحلال مندوحة عن الحرام ، وفى الحق غناء عن الباطل . والمشاهد أن الناس يطلقون العنان لأخيلتهم فى تليق الأضاحيك ولا يحسبون حرجاً فى إدارة أحاديث مفتراة على السنة خصومهم أو أصدقائهم ليتندروا بها أو يسخروا منها . وقد حرم الدين هذا المسلك تحريماً تاماً ، اذ الحق أن اللهو بالكذب ، كثيراً ما ينتهى الى أحزان وعداوات .

قال رسول الله ﷺ : « ويل للذي يحدث بالحديث ليضحك منه القوم فيكذب ، ويل له ، ويل له » . ( الترمذى )

والاسلام يستلزم من معتقته أن يكون ذا ضمير يقظ ، تصان به حقوق الله وحقوق الناس ، وتحرس به الأعمال من دواعي التفريط والاهمال ، ومن ثم أوجب على المسلم أن يكون « أميناً » . . والأمانة واسعة الدلالة ، وهى ترمز الى معان شتى مناطها جميعا شعور الفرد بتبعته فى كل أمر يوكل اليه ، وإدراكه الأكيد بأنه مسئول أمام ربه ، على النحو الذى فصله الحديث النبوى الكريم : « كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته ، فالامام راع ومسئول عن رعيته ، والرجل راع فى أهله وهو مسئول عن رعيته ، والمرأة فى بيت زوجها راعية وهى مسئولة عن رعيته ، والخادم فى مال سيده راع وهو مسئول عن رعيته » .

( رواه البخارى )

وعن أنس قال : ما خطبنا رسول الله ﷺ الا قال : « لا ايمان لمن لا أمانة له ولا دين لمن لا عهد له » . ( رواه أحمد )

ومن معانى الأمانة وضع كل شئ فى المكان الجدير به واللائق له ، فلا يسند منصب الا لصاحبه التحقيق به ، ولا تملأ وظيفة الا بالرجل الذى ترفعه كفايته اليها . فالأمانة تقضى بأن تختار للأعمال أحسن الناس قياماً بها ، فاذا ملأنا عنه لغيره — لهوى أو مجاملة أو قرابة — فقد ارتكبنا بذلك خيانة فادحة . قال رسول الله ﷺ : « من استعمل رجلاً على عصابة وفيهم من هو أرضى لله منه ، فقد خان الله ورسوله والمؤمنين » . ( رواه الحاكم )

وجاء رجل يسأل رسول الله ﷺ : متى تقوم الساعة ؟ فقال له « اذا ضيعت الأمانة ، فانتظر الساعة » . فقال : وكيف اضاعها ؟ قال عليه الصلاة والسلام : « اذا وسد الأمر لغير أهله فانتظر الساعة » (٢) . ( رواه البخارى )

(٢٠) محمد الغزالي : خلق المسلم ( ط ٨ ) . القاهرة : دار الكتب

الحديثة ، ١٩٧٤ .

ومن معاني الأمانة أن يجرح المرء على أداء واجبه كاملاً في العمل الذي ينال به ، وأن يبذل جهده في إتمامه على خير وجه • فهذه أمانة يمجدها الإسلام •• أن يخلص الشخص لعمله وأن يعنى بأجافته ، وأن يسهر على حقوق الناس التي وضعت بين يديه •

ومن الأمانة ألا يستغل الشخص منصبه الذي عين فيه ، للحصول على منفعة لنفسه أو لذوى قرياه ، فان التشبع من المال العام جريمة • وقد شدد الإسلام في ضرورة التعفف عن استغلال النفوذ ، كما شدد في رفض المكاسب غير المشروعة • قال تعالى :

« يا أيها الذين آمنوا لا تخونوا الله والرسول وتخونوا أماناتكم وأنتم تعلمون • واعلموا أنما أموالكم وأولادكم فتنة وأن الله عنده أجر عظيم » • ( الأنفال : ٢٧ — ٢٨ )

ومن الآيات القرآنية في مجال الصدق والأمانة :

« يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وكونوا مع الصادقين » • ( التوبة : ١١٩ )

« ليجزى الله الصادقين بصدقهم •• » • ( الأحزاب : ٢٤ )

« ان الله يأمركم أن تؤدوا الأمانات إلى أهلها •• » • ( النساء : ٥٨ )

« والذين هم لأماناتهم وعهدهم راعون » • ( المؤمنون : ٨ )

« فان أمن بعضكم بعضاً فليؤد الذي أؤتمن أمانته وليتق الله ربه •• » • ( البقرة : ٢٨٣ )

ومن الحديث النبوي الشريف : « أد الأمانة الى من ائتمنك ولا تخن من خانتك » •

(رواه أحمد وأبو داود )

« المستشار مؤتمن » • ( الطبراني )

\*\*\*

سادساً — الوفاء والاخلاص :

إذا أبرم المسلم عقداً فيجب أن يحترمه ، وإذا أعطى عهداً فيجب أن يلتزمه • ومن الإيمان أن يكون المرء عند كلمته التي قالها ، فيعرف ( ٨ — الشخصية السوية )

بين الناس بأن كلمته موثق غليظ لاخوف من نقضها • والوفاء بالعهد يحتاج الى عنصرين ، اذا اكتملا فى النفس سهل عليها أن تتجز ما التزمت به ، وهما قوة الذاكرة ، وقوة العزيمة • • فضعف الذاكرة ، وضعف العزيمة ، عائقان كثيفان عن الوفاء بالعهد • والانسان لتجدد الأحداث أمامه ، وترادف الهموم المختلفة عليه — يفعل الزمان فعله العجيب فى نفسه ، فتخبو المعالم الواضحة ، ويمسى ما كان بارزا فى نفسه لا يكاد يظهر • ولهذا فانه يفتقر الى مذكر دائم ليتغلب على النسيان • • فالذكر المطرد اليقظ ضرورة لازمة للوفاء • قال تعالى :

« • • ويعهد الله أوفوا ، فلکم وصاکم به لعلکم تفکرون » •

( الأنعام : ١٥٢ )

فاذا ذكر المرء الموثق المأخوذ عليه ، يجب أن ينضم الى هذا الذكر عزم مشدد على تنفيذه ، عزم يذل الأهواء الجامحة ، ويهون الصعاب العارضة ، بحيث يمضى فى سبيل الوفاء بما التزم به مهما تجشم من مشاق وبذل من تضحيات • • وأقدار الرجال تتفاوت تفاوتاً شاسعاً فى هذا المضمار ، فان ثمن الوفاء قد يكون فادحاً ، قد يكلف المال أو الراحة أو الألفة أو الحياة • وعندما يستجمع الانسان الذهن الواعى والقلب الكبير ، فهو أهل للوفاء (٢١) •

والعهود الى يرتبط المسلم بها درجات ، فأعلاها مكانة وأقدسها ، العهد الأعظم الذى بين العبد وخالقه • • وان الله خلق الانسان بقدرته ورباه بنعمته ، وطلب منه أن يعرف هذه الحقيقة ، وأن يعترف بها ، وألا تشرد به المغويات ، فيجهلها أو يجحدّها • قال تعالى :

« ألم أعهد اليكم يا بنى آدم أن لا تعبدوا الشيطان ، انه لكم عدو مبين • وأن اعبدونى ، هذا صراط مستقيم » •

( يس : ٦٠ — ٦١ )

ومن الوفاء المحمود أن يذكر الشخص ماضيه لينتفع به فى حاضره ومستقبله ، فاذا كان فى الماضى معسراً ثم أغناه الله ، أو مريضاً فشفاه



الله ، فلا يجوز له أن يفصل بين أمسه ويومه بجدار سميك ، ثم يزعم أنه ما كان قط فقيراً ولا مريضاً ، ويبنى على غروره بحاضره مسلماً كله فظاظة وجحود .

فهذا نوع من الغدر ينتهي بصاحبه الى النفاق الممقوت .

والاسلام يوصى باحترام العقود التي تسجل فيها الالتزامات المالية وغيرها ، ويأمر بانفاذ الشروط التي تتضمنها . قال تعالى :  
« .. وأوفوا بالعهد ، ان العهد كان مسئولا » .  
( الاسراء : ٣٤ )

« وأوفوا بعهد الله اذا عاهدتم ولا تنقضوا الايمان بعد توكيدها وقد جعلتم الله عليكم كفيلاً ، ان الله يعلم ما تفعلون » .  
( النحل : ٩١ )

ان صلاح النية واخلاص القلب لرب العالمين ، يرتفعان بمنزلة العمل الدنيوى البحت ، فيجعلانه عبادة متقبلة . وان خبت الطوية ، يهبط بالطاعات المحضة ، فيقلبها معاصي شائنة فلا ينال المرء منها شيئاً ، بعد التعب فى أدائها ، الا الفشل والخسارة . قال رسول الله ﷺ :

« ما من مسلم يغرس غرساً ، أو يزرع زرعاً ، فيأكل منه طير أو انسان ، الا كان له به صدقة » .  
( رواه مسلم )

والحق أن المرء ما دام قد أسلم لله وجهه وأخلص نيته ، فان حركاته وسكناته تحتسب خطوات الى مرضاة الله . وقد يعجز عن عمل الخير الذى يصبو اليه ، لقلة ماله أو لضعف صحته ، ولكن الله المطلع على خبايا النفوس يرفع الحريص على الاصلاح الى مراتب المصلحين ، والراغب فى الجهاد الى مراتب المجاهدين ، لأن بعد همهم أرجح لديه من عجز وسائلهم .

حدث فى احدى الغزوات أن تقدم الى رسول الله ﷺ رجال يريدون أن يقاتلوا الكفار معه ، وأن يجودوا بأنفسهم فى سبيل الله ،

غير أن الرسول لم يستطع تجنيدهم ، فملأوا وغي حلو قهم غصة لتخافهم  
عن الميدان ، وفيهم نزل قوله عز وجل :

« ولا على الذين اذا ما اتوك لتحملهم قلت لا اجد ما أحملكم  
عليه تولوا واعينهم قفيض من السمع حزنا ألا يجدوا ما ينفقون » .  
( التوبة : ٩٢ )

ولقد نوه النبي ﷺ بإيمان أولئك القوم واخلصهم ، فقال  
للجيش السائر :

« ان أقواما خلفنا بالمدينة ، ما سلكتا شعباً ولا وادياً الا وهم  
معنا ، حبسهم العذر » (٣٢) .  
( رواه البخارى )

\* \* \*

### سابعاً — الصبر :

قال عليه الصلاة والسلام : « الصبر ضياء » .

( رواه مسلم )

اذا استحكمت الأزمات وتعقدت ، وترادفت الضوائق وطال  
ليلها ، فالصبر وحده هو الذى يشع للمسلم النور العاصم من التخبط،  
والهداية الواقية من القنوط . والصبر فضيلة يحتاج اليها المسلم فى  
دينه ودنياه . ولا بد أن يبنى عليه آماله وأعماله . . فيجب أن يوطن  
نفسه على احتمال للمكاره دون ضجر وانتظار النتائج مهما بعدت ،  
ومواجهة الأعباء مهما ثقلت ، بعقل متفتح وقلب لم تعلق به ريبة . كما  
ينبغى أن يظل موفور الثقة بآدى الثبات ، ويبقى موقنسا بأن بؤادر  
الصفو لا بد آتية ، وأن من الحكمة ارتقابها فى سكون ويقين . وقد  
أكد الله سبحانه أن ابتلاء الناس لا محيص عنه ، حتى يأخذوا أهبتهم  
لنوازل المتوقعة ، فلا تذهلهم المفاجآت ، فقال تعالى :

« ولنبلونكم حتى نعلم المجاهدين منكم والصابرين ونبلوا  
أخباركم » .

( محمد : ٣١ )

ولا شك أن لقاء الأحداث ببصيرة مستقيمة واستعداد كامل أجدى على الانسان ، وأدنى الى احكام شئونه ، قال تعالى :

« .. وان تصبروا وتتقوا فان ذلك من عزم الأمور » .

( آل عمران : ١٨٦ )

والصبر يعتمد على حقيقتين أساسيتين : الأولى ، تتعلق بطبيعة الحياة الدنيا .. فان الله جعلها دار تمحيص وامتحان ، والفترة التي يقضيها المرء بها فترة تجارب متصلة الحلقات ، يخرج في امتحان ليدخل في امتحان آخر قد يغير الأول مغيرة تامة . كذلك قد يكتب القدر على البعض صنوفا من الابتلاء ، ربما انتهت بمصارعهم ، وليس أمام الفرد الا أن يستقبل البلاء الوافد بالصبر ، وما دامت الحياة امتحانا فلنكرس جهودنا للنجاح فيه .

والحقيقة الثانية تتعلق بطبيعة الايمان .. فالايمان صلة بين الانسان وبين الخالق سبحانه ، واذا كانت صلات المودة والصدقة بين الناس لا يعتد بها ولا ينوء بشأنها الا اذا تأكدت على مر الأيام واختلاف الحوادث ، فكذلك الايمان ، لا بد أن تخضع صلته بالابتلاء الذي يمحصها ، فاما كشف عن طبيعتها واما كشف عن زيفها . قال الله تعالى :

« أحسب الناس أن يتركوا أن يقولوا آمنا وهم لا يفتنون . ولقد فتنا الذين من قبلهم ، فليعلمن الله الذين صدقوا وليعلمن الكاذبين » .

( العنكبوت : ٢ - ٣ )

على هاتين الحقيقتين يقوم الصبر ، ومن أجلهما يطالب الدين به . ولكن الانسان — ومن عادته تجاهل الحقائق — يدهش للصعاب اذا لاقته ، ويتبرم بالآلام اذا مسته ، ويقوم له من طبعه الهلوع ما ييغض له الصبر ويجعله في حلقه كرية المذاق . فاذا أخرج الأمر ، أو نزلت به كارثة ، ضاقت عليه الأرض بما رحبت ، وحاول أن يخرج من حالته بأسرع من لمح البصر . وأولى بالمسلم أن يدرب نفسه على طول الانتظار<sup>(٢٣)</sup> . قال تعالى :

(٢٣) نفس الموضع السابق ، ص ١٢٨ .

- « خلق الانسان من عجل ، ساوريكم آياتي فلا تستعجلون »  
( الأنبياء : ٣٧ )
- وفى الحديث النبوى الكريم : « اذا أحب الله قوما ابتلاهم .  
فمن رضى فله الرضا ، ومن سخط فله السخط » .  
( رواه الترمذى )
- والصبر أنواع : صبر على الطاعة ، وصبر على المعصية ، وصبر  
على النوازل ..

فأما الصبر على الطاعة فأساسه أن أركان الاسلام تحتاج فى القيام بها والمداومة عليها الى تحمل ومعاناة .. فالصلاة مثلا ، فريضة متكررة يقوم بها المسلم فى مواعيد محددة ، ويقول الله فيها :  
« وأمر أهلك بالصلاة واصطبر عليها .. » ( طه : ١٣٢ )  
« واستعينوا بالصبر والصلاة ، وانها لكبرة الا على الخاشعين » .  
( البقرة : ٤٥ )  
والتواصى بالصبر قرين التواصى بالحق ، وقد أقسم الله عز وجل على أن فلاح البشر منوط بها :  
« والعصر • ان الانسان لفى خسر • الا الذين آمنوا وعملوا الصالحات وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر » .

( سورة العصر )  
والصبر عن المعاصى ، هو عنصر المقاومة للمغريات التى تثبت فى طريق الناس وتبين لهم اقتتراف المآثم المحظورة • قال عليه الصلاة والسلام : « حفت الجنة بالمكاره ، وحفت النار بالشهوات » .  
( رواه مسلم )  
والادبار عن الشهوات لا يتأتى الا لصبور ، والصبر هنا أثر اليقين الحاسم والاتجاه الحازم الى ما يرضى الله • قال تعالى :  
« .. ريتنا أفرغ علينا صبرا وتوفنا مسلمين » .

( الأعراف : ١٢٦ )  
وهناك الصبر على ما يصيب المؤمن فى نفسه أو ماله أو أهله أو مكانته • وتلك كلها أعراض متوقعة ، وهيات أن تخلو الحياة منها •



على أن المسلم اذا احتذى بالله ولجأ اليه صمد أمام الأحداث • ولن تفارق المؤمن رحمة الله ما دام يتمسك بدينه فى الأزمات ولا يتزعزع يقينه لدى الشدائد • قال تعالى :

« ولنبلوكنم بشيء من الخوف والجوع وتقص من الأموال والأنفس والثمرات ، ويشر الصابرين • الذين اذا أصابتهم مصيبة قالوا انا لله وانا اليه راجعون • أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة ، وأولئك هم المهتدون » •

( البقرة : ١٥٥ - ١٥٧ )

\* \* \*

#### ثامنا - الحياء :

الحياء أمانة صادقة على طبيعة الانسان ، فهو يكشف عن قيمة ايمانه ومقدار أدبه • وعندما ترى الشخص يتخرج من فعل ما لا ينبغي ، أو ترى حمرة الخجل تصبغ وجهه اذا بدر منه ما لا يليق ، فاعلم أنه حى الضمير ، نقى المعدن ، طيب العنصر • واذا رأيت الشخص ضعيفا بليد الشعور ، ولا يبالي ما يأخذ أو يترك ، فهو امرؤ لا خير فيه ، وليس له من الحياء وازع يعصمه من اقتراف الآثام وارتكاب الخطايا •

وقد أوصى الاسلام بالحياء ، وجعل هذا الخلق السامى أبرز ما يتميز به المسلم من فضائل • قال رسول الله ﷺ : « ان لكل دين خلقا ، وخلق الاسلام الحياء » • ( رواه مالك )

وكان النبی ﷺ أرق الناس طبعاً ، وأنبههم سيرة ، وأعمقهم شعوراً بالواجب ، وتقوراً من الحرام • عن أبى سعيد الخدرى : « كان رسول الله أشد حياء من العذراء فى خدرها ، وكان اذا رأى شيئاً يكرهه عرفناه فى وجهه » • ( متفق عليه )

قال رسول الله ﷺ : « ان الله عز وجل اذا أراد أن يهلك عبدا نزع منه الحياء • فاذا نزع منه الحياء لم تلقه الا مقبلاً ممقلاً (مبغضاً) فاذا لم تلقه الا ممقلاً نزعته منه الأمانة • فاذا نزعته منه الأمانة لم

تلقه الا خائفا مخونا ، ترعت منه الرحمة • فلذا خزعت منه الرحمة لم تلقه الا رجيماً طعناً • فاذا لم تلقه الا رجيماً طعناً خزعت منه ربة ( رباط ) الاسلام • ( روات ابن ماجه )

وهذا ترتيب حقيق فى وصفه للأمراض النفوس وتتيبها لأطوارها ، وكيف تسلم كل مرحلة خبيثة الى أخرى أشد عكراً ••• فان الشخص اذا مرق الصجاب عن وجهه ، ولم يتهيّب على عمله حساباً ، ولم يخش فى سلوكه لومة لائم ، مد يد الأذى للناس ، وطغى على كل من يقع فى سلطانه • ومثل هذا الشخص الشرس لن يجد قلباً يعطف عليه ، بل انه يغرس الضغائن فى القلوب وينميتها (٢٤) •

والحياء مواضع يستحب فيها •• فالحياء فى الكلام يتطلب من المسلم أن يظهر فمه من الفحش ، وأن ينزه لسانه عن العيب ، فان من سوء الأدب أن تقلت الألفاظ البذيئة من المرء غير عابئ بمواقفها وآثارها •

قال رسول الله ﷺ : « الحياء من الايمان والايمان فى الجنة ، والبذاء من الجفاء والجفاء فى النار » • ( روات أحمد )

ومن الحياء فى الكلام أن يقتصد المسلم فى تحدّثه بالمجالس ، فان بعض الفلاس لا يستحيون من اهتملاك ناصية الحديث فى المحافل والاجتماعات ، فيملأون الأفئدة بالضجر من طول ما يتحدثون ، وقد كره الاسلام هذا الصنف من الناس • وسر هذا اللبغض ان أخبار هؤلاء المتشدقين لا تخلو من المبالغة ، لعل خلقية كان الحياء علاجها الشافى لو أنهم استمسكوا به •

ومن الحياء أن يخجل الانسان من أن يؤثر عنه سوء ، وأن يحرص على بقاء سمعته نقية من الشوائب بعيدة عن الاشاعات السيئة •• فان الرجل الذى يخجل من الظهور بمؤذلة لا ترال فيه بقية

من خير ، والرجل الذى يطلب الظهور بالفضيلة لا ترأى فيه بقية من شر . وينبغى على الانسان أن يخل من نفسه كما يخل من الناس ، وإذا كره أن يراه الناس على نقيصة فليكره أن يرى نفسه على مثلها . ومن ثم كان لزاما على المسلم أن يبتعد عن الدنيا والنقائص ، ما ظهر منها وما بطن ، سواء خلا بنفسه أو برز الى الناس .

إن الحياء ملاك الخير ، وهو عنصر النبل فى كل عمق يشوبه ، قال رسول الله ﷺ : « ما كان الفحش فى شيء الا شأنه ، وما كان الحياء فى شيء الا زانه » . (رواه الترمذى)

ومن حياء الانسان مع الناس أن يعرف لأصحاب الحقوق منازلهم ، وأن يؤتى كل ذى فضل فضله . فالغلام مع من يكبرونه ، والطالب مع من يعلمونه مسلك يقوم على التأدب والاحترام والتقديم ، فلا يسوغ أن يرفع فوقهم صوته ، ولا أن يسبقهم فى خطوه . وفى الحديث : « تواضعوا لمن تعلمون منه » . (رواه الطبرانى)

« اللهم لا يدركنى زمان لا يتبع فيه العظيم ، ولا يستحيا فيه العظيم » . (رواه أحمد)

والحياء فى أسمى منازلها وأكرمها يكون من الله عز وجل ، فمن نطمع من خيره وفتنفس فى جوده ، ونخرج على لوجه ، ونستظل بسمائه . إن حق الله على عبده العظيم ، وهو قدره حق قدره لمساوعوا الى الخيرات يفضلوها من تلقاء أنفسهم ، ولباعدوا عن السيئات خجلا من مقابلة الخير بالجود .

عن ابن مسعود ، قال رسول الله ﷺ : « استحيوا من الله حق الحياء ، قلنا : انا نستحي من الله يا رسول الله - والحمد لله - قال : ليس ذلك . الاستحياء من الله حق الحياء أن تحفظ الرأس وما وعى ، والبطن وما حوى ، وتذكر الموت والبلى . ومن أراد الآخرة ترك زينة الحياة الدنيا ، وآثر الآخرة على الأولى . فمن فعل ذلك فقد استحيا من الله حق الحياء » . (رواه الترمذى)

وهذه العظة تستوعب كثيرا من آداب الاسلام ومناهج الفضيلة..  
فان على المسلم تنزيه لسانه أن يخوض فى باطل ، وبصره أن يرمق عورة ، وأذنه أن تسترق سرا . وعليه أن يفظم بطنه عن الحرام ، ويقتنعها بالطيب الميسور . ثم عليه أن يصرف أوقاته فى العمل الصالح ومرضاة الله ، وايتار ما لديه من ثواب ، فلا تستخفه نزوات العيش ومقته الخادعة .. فان فعل ذلك عن شعور ويقين بأن الله يرقبه ، ونفور من اقتراف تفريط فى جنب الله ، فقد استحيا من الله حق الحياء .

والحياء بهذا الشمول هو الدين الخالص كله ، فاذا أطلق على طائفة من الأعمال الجميلة فهو جزء من الايمان .

\* \* \*

#### تاسعا — الأخاء :

ليست هناك دواعى معقولة تحمل الناس على أن يعيشوا أشقاتا متناكرين ، بل ان الدواعى على المنطق الحق والعاطفة السليمة تعطف البشر بعضهم على البعض الآخر ، وتمهد لهم مجتمعا متكافلا تسوده المحبة ، ويمتد به الأمان على ظهر الأرض . والله عز وجل رد أسباب الناس وأجناسهم الى أبوين اثنين ، ليجعل من هذه الرحم الماسة ملتقى تتشابك عنده الصلات وتستوثق . قال تعالى :

« يا أيها الناس انا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوبا وقبائل لتعارفوا ، ان أكرمكم عند الله اتقاكم ، ان الله عليم خير » .  
( الحجرات : ١٣ )

فالتعارف — لا التنافر — أساس العلاقات بين البشر ، وكل رابطة توطد هذا التعارف وتريح من طريقه العوائق فهي رابطة يجب تدعيمها ، والانتفاع بخصائصها . وليس الاسلام مجرد رابطة تجمع بين عدد من الناس فحسب ، ولكنه جملة الحقائق التى تقر الأوضاع الصحيحة بين الناس وربهم ، ثم بين الناس أجمعين .

ان الأثرة — الأنانية — آفة الانسان ، اذا سيطرت نزعتها على شخص محقت خيره ونمت شره ، وحصرته فى نطاق ضيق لا يعرف فيه الا شخصه ، ويصبح متمركزا



حول ذاته ، ولا يهتمه شيء من شئون الآخرين • وقد حارب الاسلام هذه الأثرة الظالمة بالأخوة العادلة ، وأفهم الانسان أن الحياة ليست له وحده ، وأنها لا تصلح به وحده • فليعلم أن هناك أناسا مثله ، ان ذكر حقه عليهم ومصلحته عندهم فليذكر حقوقهم عليه ومصلحتهم عنده • ان هذا التذكر يخلع المرء من أثرته ، ويحمله على الشعور بغيره حين يشعر بنفسه (٢٤) •

ومن حق أخيك عليك أن تكره ضرره ، وأن تبادر الى دفعه عنه ، فان مسه أذى شاركته الألم • وأحسست معه بالحزن • قال رسول الله ﷺ : « مثل المسلمين في توادهم وتعارفهم وتراحمهم كمثل الجسد الواحد ، اذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الأعضاء بالسهر والحمى » (رواه البخارى)

« المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يسلمه • من كان فى حاجة أخيه كان الله فى حاجته ، ومن فرج عن مسلم كربة فرج الله عنه بها كربة من كرب يوم القيامة • ومن ستر مسلما ستره الله يوم القيامة » • (رواه البخارى ومسلم)

« ان الله يقول يوم القيامة : أين المتحابون بجلالى ؟ اليوم أظلهم فى ظلى يوم لا ظل الا ظلى » • (رواه مسلم)

« من استعاذ منكم بالله فأعيذوه ومن سأل بالله فأعطوه ، ومن دعاكم فأجيبوه ، ومن صنع اليكم معروفا فكافئوه ، فان لم تجدوا ما تكافئوه فادعوا له حتى تروا أن قد كافأتموه » • (رواه أحمد ، وأبو داود ، والنسائى)

« حق الجار ان مرض عدته ، وان مات شيعة ، وان افتقر أقرضته ، وان أعوز سترته ، وان أصابه خير هنأته ، وان أصابته مصيبة عزيته . ولا ترفع بناءك فوق بناءه فتسد عليه الريح ، ولا تؤذيه بريح قدرك الا أن تغرف له منها » • (رواه الطبرانى)

« ما زال جبويل يوصيني بالجار حتى ظننت أنه سيورثه » .

( متفق عليه )

ومن حق الأخوة أن يشعر المسلم بأن اخوانه ظهير له فى السراء والضراء وأنه لا يتحول وحده فى خضم الحياة ، بل ان قوى المؤمنين تسانده وتشد من أزوه فى مسيرته . ومن ثم كانت الأخوة الخالصة نعمة مضاعفة ، فهى نعمة التجانس الروحى والمادى معا . قال تعالى :

« .. وانكروا نعمة الله عليكم اذ كنتم أعداء فألف بين قلوبكم فأصبحتم بنعمته إخوانا .. » .  
( آل عمران : ١٠٣ )

ورهب الإسلام من يلعب بهم الشيطان ويغريهم بالتطاول على اخوانهم طلبا للاستعلاء فى الأرض ، فبين أن هؤلاء المتطاولين سوف يتضاءلون يوم القيامة ، وعلى قدر ما انتفخوا ينكمشون حتى يصيروا هباء . وفى الحديث : « يحشر المكبرون يوم القيامة أمثال الذر فى صور رجال يغشاهم الذل من كل مكن » . ( رواه الترمذى )

وقال تعالى :

« وقال ربكم ادعوني أستجب لكم ، ان الذين يستكبرون عن عبادتى سيخولون جهنم داخرين » .  
( غافر : ٦٠ )  
« سأصرف عن آياتى الذين يتكبرون فى الأرض .. »  
( الأعراف : ١٤٦ )

« قال فاصبط منها فما يكون لك أن تتكبر فيها فاخرج إنك من الصاغرين » .  
( الأعراف : ١٣ )

وقال رسول الله ﷺ : « قال الله عز وجل : العز ازارى ، والكبرياء ردئى ، فمن ينازعنى عذبت » . ( رواه مسلم )

ومما يميزق لواصر الأخوة التهمك والازدراء والسخرية من الآخرين . ان هذه الأخلاق تنشأ عن جهالة وغفلة . فان من حق الضعيف أن يجد المساندة دون النيل منه ، ومن حق الصالح القلق الملهوف أن يرشد الى الطريق القويم لا التهمك عليه . واذا وجدت

بشخص عاهة أو عرضت له سيئة فأخر ما يتوقع من أخيه المسلم أن يجعل ذلك مثار تندره واستهزائه • قال تعالى :

« يا أيها الذين آمنوا لا يسخر قوم من قوم عسى أن يكونوا خيرا منهم ولا نساء من نساء عسى أن يكن خيرا منهن » •

( الحجرات : ١١ )

ومما اتخذته الاسلام لصيانة الأخوة ومحو الفروق المصطنعة ، تأكيد التكافؤ في الدم والتساوى في الحق ، وأشعار العامة والخاصة بأن التفاخر بالأنساب باطل • فلا يفضل أحد أخاه في الاسلام إلا بالتقوى والعمل الصالح • قال رسول الله ﷺ :

« اذا كان يوم القيامة أمر الله مناديا ينادي : ألا انى جعلت نسباً ، وجعلتم نسباً • فجعلت أكرمكم أنسابكم ، فأبيتم ألا أن تقولوا : فلان بن فلان • فالיום أرفع نسبى وأضع أنسابكم » •

( رواه البيهقي )

وهذا تأكيد لقوله تعالى :

« فاذا نكح في الصور فلا أنساب بينهم يومئذ ولا يتساءلون • فمن ثقلت موازينه فأولئك هم المفلحون • ومن خفت موازينه فأولئك الذين خسروا أنفسهم في جهنم خالدون » •

( المؤمنون : ١٠١ - ١٠٣ )

\*\*\*

عاشرا - الاتحاد والتعاون :

تقوم شرائع الاسلام وآدابه على اعتبار الفرد جزءاً لا يتجزأ ولا ينفصم من كيان الأمة ، وعضواً موصولاً بجسمها لا ينشق عنها ، فهو - طوعاً أو كرهاً - يأخذ نصيبه مما يتوزع على الجسم كله من غذاء ونمو وشعور • وقد جاء الخطاب الإلهي مقراً بهذا الوضع ، فلم يتجه للفرد وحده بالأمر والنهي ، إنما تناول الجماعة كلها بالتأديب والارشاد • قال تعالى :

« يا أيها الذين آمنوا اركعوا واسجدوا واعبدوا ربكم وافعلوا الخير لعلكم تفلحون • وجاهدوا في الله حق جهاده » •

( الحج : ٧٧ ، ٧٨ )

فاذا وقف المسلم بين يدي ربه ليتضرع اليه ويناجيه ، لم تجر العبادة على لسانه كعبد منفصل عن اخوانه ، بل كطرف من مجموع متسق مرتبط يقول : « اياك نعبد واياك نستعين » .  
( الفاتحة : ٥ )

ثم يسأل الله من خيره وهدايه ، فلا يختص نفسه بالدعاء ، بل يطلب رحمة الله له ولغيره ، فيقول :

« اهدنا الصراط المستقيم • صراط الذين انعمت عليهم » .  
( الفاتحة : ٦ - ٧ )

ان الله عز وجل لم يخلق الناس لينقسموا ويختلفوا .. لقد شرع لهم ديناً واحداً ، وأرسل أنبياءه مقري ليقودوا الناس كافة في طريق واحد ، وحرّم عليهم من الأزل أن يصدعوا الدين وأن يتفرقوا حوله .

بيد أن الناس في غمرة الحياة واتباع الشهوات تناسوا هذه الوصية الكريمة ، وتنكروا لهذا التراث العظيم ، فانقسم الناس احزاباً ، وصار كل حزب يكيد للآخر ويتربص به (٢٦) . قال تعالى :

« يا ايها الرسل كلوا من الطيبات واعملوا صالحا ، انى بما تعملون عليم • وان هذه امتكم امة واحدة وأنا ربكم فاتقون • فتقطعوا أمرهم بينهم زبيرا ، كل حزب بما لديهم فرحون • فذرهم في غمرتهم حتى حين » .  
( المؤمنون : ٥١ - ٥٤ )

وبين الله عز وجل أن اتباع الهوى ومتابعة البغى هو سر هذا الافتراق الواسع .. والحق أن العلم عندما ينفصل عن الخلق ، ويفارقه الاخلاص ، يمسى وبالا على أهله وعلى الناس . وقد كان رسول الله ﷺ يستعيز بالله من علم لا ينفع .. وقال تعالى :

« وما تفرقوا الا من بعد ما جاءهم العلم بغيا بينهم .. »  
( الشورى : ١٤ )



فالنظر الى ضراوة العلم عندما يفقد الاخلاص لله والرفق بالعباد كيف يثير الفرقة ، ويقطع ما أمر الله به أن يوصل . . ان اختلاف الأفهام وتضارب الآراء ليس بمستغرب في الحياة ، ولكن ليس هذا سبب التقاطع والشقاق . انما يعود سبب الشقاق الى اسهام عوامل أخرى وانضمامها ، تستغل تباين الأفكار والآراء للتنفيس عن أهواء باطنة . ومن ثم ينقلب البحث عن الحقيقة الى ضرب من التعناد لاصلة له بالعلم البتة . ولما كان هذا الاختلاف المريب مفسدا لدين الله ودنيا الناس فقد اعتبره الاسلام انفصالا عنه . قال تعالى في كتابه الكريم محذرا المسلمين من الخلاف في الدين والتفرق في فهمه شيئا متناحرة كما فعل الاولون :

« ولا تكونوا كالذين تفرقوا واختلفوا من بعد ما جاءهم البينات ، وأولئك لهم عذاب عظيم . يوم تبيض وجوه وتسود وجوه ، فأما الذين اسودت وجوههم أكفرتم بعد ايمانكم فذوقوا العذاب بما كنتم تكفرون . وأما الذين ابيضت وجوههم ففي رحمة الله هم فيها خالدون » .

( آل عمران : ١٠٥ — ١٠٧ )

ان ائتلاف القلوب والمشاعر ، واتحاد الغايات والمناهج ، من أوضح تعاليم الاسلام ، وألزم صفات المسلمين المخلصين . ولا ريب أن توحيد الصفوف واجتماع الكلمة هما الدعامة الوطيدة لبقاء الأمة ، ودوام دولتها ، ونجاح رسالتها . ولئن كانت كلمة التوحيد باب الاسلام فان توحيد الكلمة سر البقاء فيه ، والابقاء على رسالته ، والضمان الأول للقاء الله سبحانه وتعالى بوجه مشرق وصفحة نقية .

ولكى يمتزج المسلم بالمجتمع الذي يحيا فيه شرع الله الجماعة للصلوات اليومية ورغب في حضورها وتكثير الخطو اليها ، ثم ألزم أهل الحي أو العشيرة أن يلتقوا كل أسبوع لصلاة الجمعة . وبعد هذا دعا الى اجتماع أكبر في صلاة العيد جعل مكانه الأرض الفضاء خارج البلدة ، وأمر الرجال والنساء بالمشاركة فيه اتماما للنفع وزيادة في الخير . . ثم أذن الى حشد أضخم يضم الشتات من المشرق الى المغرب . ففرض الحج ، وجعل له مكانا معلوما وزمانا محدودا ، حتى يجعل اللقاء بين أجناس المسلمين أمرا محتوما .

وكان رسول الله ﷺ شديد التحذير من عواقب الاعتزال والفرقة ،  
والسلام : « الشيطان يهم بالواحد والاثنين فاذا كانوا ثلاثة لم يهم  
وكان في حله وترحاله يوصى بالتجمع والاتحاد ، قال عليه الصلاة  
والسلام : « الشيطان يهم بالواحد والاثنين فاذا كانوا ثلاثة لم يهم  
بهم » . ( رواه مالك )

« المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضا » .  
( رواه البخاري ومسلم )

وقال تعالى :

« والمؤمنون والمؤمنات بعضهم أولياء بعض ، يأمرون بالمعروف  
وينهون عن المنكر ويقيمون الصلاة ويؤتون الزكاة ويطيعون الله ورسوله ،  
اولئك سرحمهم الله ، ان الله عزيز حكيم » . ( التوبة : ٧١ )

ان الناس اذا لم يجمعهم الحق شعبهم وشقتهم الباطل ، واذا  
لم توحدهم عبادة الرحمن مزقتهم عبادة الشيطان ، واذا لم يستهوههم  
نعيم الآخرة تخاصموا على متاع الدنيا . لذلك كان التطاحن امر من  
خصائص الجاهلية المظلمة وصفة من لا ايمان لهم . قال رسول الله  
ﷺ : « لا ترجعوا بعدي كفرا ، يضرب بعضكم رقاب بعض » .  
( رواه الترمذي )

ان الشقاق يضعف الأمم القوية ، ويميت الأمم الضعيفة . ولذلك  
جعل الله أول عظة للمسلمين — بعد انتصارهم في غزوة بدر —  
أن يوحدوا صفوفهم ويجمعوا أمرهم . ولا تطلعت النفوس للغنائم ،  
تشتي حظها وتتنافس على اقتسامها نزل قوله تعالى :

« يسألونك عن الأنفال ، قل الأنفال لله والرسول ، فاتقوا الله  
وأصلحوا ذات بينكم ، واطيعوا الله ورسوله إن كنتم مؤمنين » .  
( الأنفال : ١ )

ثم أفهمهم أن الاتحاد فى العمل لله هو طريق النصر المحقق .  
قال تعالى :

« وأطيعوا الله ورسوله ولا تنازعوا فتفشلوا وتذهب ريحكم » .  
( الأنفال : ٤٦ )

وحذرهم من أن يسلكوا فى التكالب على الدنيا مسلك الذين  
لا يرجون عند الله ثوابا ، فقال تعالى :

« ولا تكونوا كالذين خرجوا من ديارهم بطرا ورئاء الناس  
ويصدون عن سبيل الله ، والله بما يعملون محيط » .  
( الأنفال : ٤٧ )

ثم تلقى المسلمون فى « أحد » لطمة موجعة أفقدتهم عددا  
لا يستهان به من أبطالهم ، وردتهم الى المدينة وهم يعانون الأمرين من  
خزى الهزيمة وشماتة الكافرين . ولم ذلك ؟ مع أن ايمانهم لم يتزعزع  
.. ذلك لأنهم تنازعوا وانقسموا وعصوا الله ورسوله . قال تعالى :  
« ولقد صدقكم الله وعده اذ تحسبونهم باذنه ، حتى اذا فشلتم  
وتنازعتم فى الأمر وعصيتهم من بعد ما اراكم ما تحبون ، منكم من يريد  
الدنيا ومنكم من يريد الآخرة ، ثم صرفكم عنهم ليبتليكم .. » .  
( آل عمران : ١٥٢ )

وكان ذلك يعود الى انحلال عرى المسلمين وتفرقهم .

\*\*\*

## ● الخلاصة :

يتلخص هذا الفصل فى النقاط الآتية :

١ — يشمل النمو النفسى تلك المراحل التى يمر بها الفرد وتنمو فيها  
قدراته وتستكمل خلالها شخصيته ، فى اطار صحته النفسية . وتبدو  
مظاهر النمو النفسى فى النواحي الآتية : التكيف ، اشباع الحاجات  
الأساسية ، وتحقيق الشخصية السوية .

٢ — تتميز الشخصية السوية بالميزات السلوكية الآتية : القدرة  
على التحكم فى الذات ، تحمل المسئولية وتقديرها ، التعاون ، القدرة  
على الثقة المتبادلة ، الانسانية ، الديمقراطية ، مستوى الطموح .  
( ١ — الشخصية السوية )

٣٣٠ — هناك العديد من الآراء التى حددت معالم الشخصية السوية وخصائصها تتلخص فى : تفتح الفرد لخبراته ، والقناعة الذاتية ، والوعى بالعلاقات مع الآخرين ، والاتجاه المنتج ، والعلاقة بالذات الحقيقية ، والشعور الاجتماعى أى التوحد مع البشر ، والشخص المحقق لذاته ، والقدرة على الخلق والابداع •

٤ — تميل الكائنات الحية الى تغيير نشاطها استجابة لما يحدث فى بيئتها من تغير • وعندما يطرأ تغير على البيئة فان الكائن يعدل سلوكه وفقا لهذا التغير ويبحث عن وسائل جديدة لاشباع حاجاته •

٥ — تتلخص المؤشرات التى تشير الى التوافق والصحة النفسية للأفراد فى الآتى :

مدى تقبل الفرد للحقائق المتعلقة بقدراته وامكانياته ، مدى استمتاع الفرد بعلاقاته الاجتماعية ، مدى نجاح الفرد فى عمله ورضاه عنه ، مدى كفاءة الفرد فى مواجهة مشكلات الحياة اليومية ، تنوع نشاط الفرد وشموله ، اشباع الفرد لدوافعه وحاجاته ، ثبات اتجاهات الفرد ، وتصدى الفرد لمسئولية أفعاله وقراراته •

٦ — ان دراسة الشخصية تدعونا الى الاهتمام بموضوع الأخلاق والدين وعلاقتها بالشخصية • ان الأخلاق فى الاسلام طرقت جميع جوانب الحياة الانسانية سواء أكانت روحية أو جسمية ، دينية أو دنيوية ، عقلية أو انفعالية ، فردية أو اجتماعية • ويحث القرآن الكريم على التحلى بالأخلاق الفاضلة واتباع الأسلوب القويم ، والابتعاد عن الأذى والشر وسوء الخلق • ومن أهم المبادئ والقيم الأخلاقية التى يحث عليها الاسلام ما يأتى : أدب الحديث ، والتسامح والرحمة ، والحلم والصفح ، والعدالة فى الأقوال والأفعال ، والصدق والأمانة ، والوفاء والاخلاص ، والصبر ، والحياء ، والاتحاد والتعاون •



## الفصل الرابع

# توافق الشخصية

### ● مدخل :

التكيف — التوافق — مفهوم مستمد أساسا من علم الحياة « البيولوجيا » فيشير هذا المفهوم الى أن الكائن الحي يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الطبيعي الذى يعيش فيه محاولة منه من أجل البقاء ••• ووفقا لهذا المفهوم يمكن أن يوصف سلوك الانسان كرد فعل للعديد من المطالب والضغوط البيئية التى يعيش فيها ، كالمناخ وغيره من عناصر الطبيعة • وفى فصل الصيف يحاول الانسان أن يتخفف من ملابسه ، فيرتدى أخف الثياب كي يتلاءم مع الجو الحار ، بينما فى فصل الشتاء يحاول أن يتدثر فى الملابس الثقيلة التى تقيه غائلة البرد. وفى الجو الحار يعمل الانسان على أن يتقى حرارة الشمس ويستخدم وسائل التبريد المختلفة ، ويتناول المرطبات ويتناول الأطعمة الخفيفة ، بينما يحاول فى شهور الشتاء أن يستخدم وسائل التدفئة ، ويتناول الأطعمة الدسمة كي تبعث الحرارة فى جسمه ••• وتستهدف هذه العملية بأشكالها المختلفة تلاؤم الفرد مع الظروف البيئية الطبيعية التى يعيش فيها من أجل البقاء ، حسب النظرية البيولوجية للتوافق والتكيف •

ولقد استعار علم النفس المفهوم البيولوجى للتكيف — الذى أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح « مواعمة » ( Adaptation ) — واستخدم فى المجالات النفسية والاجتماعية تحت مصطلح « تكيف / توافق » ( Adjustment ) • فالانسان كما يتلاءم مع البيئة الطبيعية ،

يستطيع أن يتوافق مع الظروف النفسية والاجتماعية المحيطة به والتي تستلزم منه باستمرار أن يتلاءم ويتكيف معها • وتدفع ظروف الحياة الفرد الى هذا التكيف ، ويساعده على ذلك ما لديه من ذكاء وقدرة على التقبيل الاجتماعي •• ففي الطفولة مثلا يتطلب الآباء من الطفل أن يوائم نفسه ويكيفها مع مطالب البيئة وأن يعمل على اكتساب العادات والقيم وأنماط السلوك المقبولة ، وكذلك بالنسبة للراشد حيث يتوقع منه التوافق والمواءمة في مجالات الدراسة والعمل والأسرة •

ان كل مرحلة من مراحل النمو تتطلب من الفرد أن يقوم بأدوار اجتماعية ونفسية معينة •• فالأدوار التي يقوم بها الفرد في مرحلة الطفولة تختلف عن الأدوار التي يقوم بها في شبابه أو كهولته • والإنسان عادة يقوم بأداء أكثر من دور عندما يصل الى مرحلة الرشد ، وهذا يتطلب منه أن يزيد من قدراته على التوافق الاجتماعي وتعديل سلوكه (١) •

\* \* \*

### أبعاد التوافق

هناك ثلاثة أبعاد للتوافق :

- ١ — التوافق الشخصي •
- ٢ — التوافق الاجتماعي •
- ٣ — التوافق المهني •

وسنناقش فيما يلي كلا من هذه الأبعاد ••

#### أولا — التوافق الشخصي :

هو أن يكون الشخص راضيا عن نفسه ، غير كاره لها أو نافر منها أو ساخط عليها أو عديم الثقة بها ، كما تقسم حياته النفسية بالخلو

---

(١) مصطفى نهى : التكيف النفسي • القاهرة : مكتبة مصر : ١٩٦٧ ،

من الصراعات النفسية والتوترات التي تقترن بمشاعر الذنب والقلق والنقص . فالتوافق الشخصى يتضمن السعادة مع النفس والرضا عنها ، واشباع الدوافع والحاجات الأساسية ، ويعبر عن أمن داخلى دون صراع أو شعور بالاحباط أو بالمرارة ، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو فى مراحله المختلفة .

ان الشخص المتوافق/انسوى هو الذى يقف من المشكلات التى تواجهه موقفا ايجابيا بناءاً ، بمعنى انه يواجه العوامل التى تسبب المشكلات ويحاول — فى حدود امكاناته أن يزيل هذه العوامل أو يتغلب عليها من خلال مواجهتها مواجهة موضوعية . أما الشخص غير المتوافق فهو الذى لا يستطيع أن يعالج العوامل المسببة للمشكلة بل يعالج مظاهرها فقط . وبمعنى آخر فهو يحاول أن يخفف من حدة التوتر الناشئ عن المشكلات التى يواجهها فى المجتمع اما عن طريق الهروب من المجتمع ، أو العدوان على المجتمع ، أو استعطافه واستجداء شفقتة . وباختصار فانه يتكيف للبيئة بطريقه أو بأخرى من الطرق السلبية غير السوية .

ان الأساس فى انعدام التوافق الشخصى هو وجود صراع انفعالى لا شعورى حاد . . وينشأ هذا الصراع عادة فى مرحلة الطفولة ، حيث يكتسب الطفل هذا الصراع من والديه أو من يقوم مقامهما فى تربيته وتنشئته الاجتماعية . ولكن ليس معنى هذا أن الوالدين يعلمان طفلهما هذا الصراع عن وعى وادراك ، بل ان الطرق الخاطئة التى يتبعها الوالدان فى معاملة طفلهما هى التى تسبب هذا الصراع اللاشعورى عند الأطفال . والواقع أن الصراع من خواص الحياة فى كل سن وفى كل مرحلة وفى كل طبقة اجتماعية ، ولكن أنواع الصراع تختلف فيما بينها ، فبعضها ضعيف والبعض الآخر قوى ، كما أن البعض شعورى والبعض الآخر لا شعورى .

ان تفسير الانحراف النفسى الناتج من الظروف الاجتماعية التى يمر بها الفرد تحتاج الى أن نوضح بعض العوامل النفسية التى

تقوسط بين هذه الظروف الاجتماعية من ناحية وبين الانصرافات السلوكية من ناحية أخرى • وهذه العوامل هي :

- ١ — الاحباط •
- ٢ — الصراع •
- ٣ — القلق •
- ٤ — الكبت •

وسنناقش هذه العوامل فيما يأتي (٢) :

### ١ — الاحباط :

« الاحباط هو تلك العملية التي تتضمن ادراك الفرد لعائق يحول دون اشباع حاجاته أو تحقيق هدفه ، أو توقع الفرد حدوث هذا العائق في المستقبل » •

ويحدث الاحباط نتيجة لادراك الفرد للظروف والمواقف التي تحيط به ، والتي قد تختلف من فرد الى آخر • • فقد ينظر شخص الى موقف ما على أنه عامل احباطي الى حد كبير بينما ينظر شخص آخر نفس الموقف على أنه غير محبط ، وقد يسبب موقف ما الرضا للبعض بينما يسبب المضييق للبعض الآخر • ويتوقف نظرة الفرد الى الموقف وما اذا كان احباطيا ، على دوافع الفرد ومعتقداته وحاجاته وخبراته • ومن العوامل الهامة التي تحدد ادراك الفرد للموقف الاحباطي مدى ثقة الفرد بذاته ، فالانسان الذي تمكنه ظروفه وامكاناته من التغلب على ما يصادفه من عقبات يحرز قدرا كبيرا من الثقة بالنفس • وتحدد ثقة الفرد بذاته مدى ادراكه للمواقف الاحباطية ، فالشخص الذي يثق بنفسه يستطيع أن يتغلب على المواقف الاحباطية • ويتأثر هذا الادراك أيضا بمدى ثقة الفرد في البيئة المحيطة به ، وتتضمن هذه البيئة الأشخاص الآخرين ، والبيئة الطبيعية المحيطة بالفرد ، والبيئة الثقافية بما فيها من عناصر مختلفة • فاذا كانت هذه العوامل تتفاعل بحيث تشبع للفرد دوافعه وحاجاته وتعترف له بالمكانة والتقدير ،

---

(٢) سيد عبد الحميد مرسى : سيكولوجية المهن ( ط ٤ ) . القاهرة :  
المالية للنشر ، ١٩٧٧ ، ص ٢٥ — ٣٢ •



فان الفرد سوف يثق فى بيئته ، وتصبح نظرتة اليها مليئة بالتفاؤل والأمل . أما اذا كانت هذه العوامل البيئية تقيم حواجز أو عوائق فى طريق اشباع الفرد لحاجاته فان ثقته بها ستضعف ، وبالتالي سيتوقع منها الاحباط ، بما يؤثر فى ادراكه للمواقف الاحباطية ، وبالتالي يؤثر فى سلوكه . فعندما تضعف ثقة الفرد فى بيئته فانه سيترك فى نوايا الآخرين ، ويفقد الثقة فى التنظيمات الاجتماعية السائدة فى البيئة ، ويتمنى فى قرارة نفسه انهيار البناء الاجتماعى القائم فى المجتمع . ويمكن تقسيم الاحباط الى « احباط خارجى » و « احباط داخلى » .

### ( ١ ) الاحباط الخارجى - وينقسم الى :

١ - العوز الخارجى ( الاحتياج ) : وهو يتضمن نقصا فى حاجات الفرد الخارجية . ومن أمثلة ذلك : حالة الفقر التى تكون سببا فى عدم اشباع الكثير من حاجات الفرد ، وكذلك حال الشخص الذى فقد والده فى طفولته فاه يشعر بالحاجة الى شخص يعتمد عليه . وهذا العوز جزء من واقع الشخص ويستمر معه مدة طويلة .

٢ - الحرمان الخارجى : وهو يعنى الحرمان الناشئ عن فقد الشخص لشيء خارجى كان يملكه ، مثل فقد عمل أو ممتلكات أو صديق عزيز . ويسبب هذا النوع من الحرمان احباطا شديدا ، خاصة اذا كان مفاجئا ، حيث يتطلب اعادة توافق الفرد مع بيئته .

٣ - الاعاقة الخارجية : وهى تتدخل بين الفرد وهدفه الذى يسعى الى تحقيقه فتحول دون تحقيق هذا الهدف . ومن أمثلة ذلك الأبواب المغلقة والطرق المسدودة والبعد فى المسافة وغير ذلك من العوائق المادية . وهناك أيضا عوائق اجتماعية تحول بين الفرد وتحقيق أهدافه ، كالمكانة الاجتماعية أو عدم التقبل أو النبذ ، وهذه تكون أشد وطأة من العوائق المادية .

## ( ب ) الاحباط الداخلى - وينقسم الى :

١ - الصوز ( الاحتياج ) الداخلى : ومن أمثلة ذلك العيوب والنشوهات الخلقية كفقدان السمع أو البصر أو الشلل أو التخلف العقلى أو ضعف البنية .

٢ - الحرمان الداخلى : ويتضمن الفقدان المفاجيء للبصر أو السمع أو لآى عضو من أعضاء الجسم كان يتمتع به الفرد من قبل .  
مثال ذلك : فقد أحد عازفى البيانو لأصابع يديه فى حادث مثلاً يسبب له احباطاً شديداً أكثر مما يتعرض له شخص فقد أصابعه فى طفولته المبكرة .

٣ - الاعاقة الداخلية : مثال ذلك ، الرغبة فى حضور اجتماعين حدد لهما وقت واحد ، وهذا النوع من الاعاقة الداخلية يطلق عليه أحياناً لقب « صراع » .

## ٢ - الصراع :

تؤدى بنا دراسة الاحباط الى دراسة عملية أخرى هى « الصراع » والصراع يتضمن وجود دافعين متعارضين يتعذر اشباعهما فى وقت واحد ، وينقسم الصراع الى ثلاثة أنواع :

### ( أ ) صراع الاقدام :

يتمثل هذا النوع من الصراع فى وجود موقفين متعادلين من حيث الصفات التى تجذب الفرد نحو كل منهما ، ولكن يتعذر عليه اشباعهما فى وقت واحد . مثال ذلك : الذى يمارس إحدى ألعابه المفضلة ، وهو فى الوقت نفسه جائع وقد حان وقت تناول الطعام ، فهو هنا قد تعرض لنوع من الصراع المؤقت فى سبيل الوصول الى قرار معين يؤدى به الى تفضيل أحد الموضوعين على الآخر ، اما أن يستمر فى اللعب ويتنازل عن تناول الطعام مؤقتاً ، أو يتناول الطعام ويؤجل اللعب الى وقت آخر .

### ( ب ) صراع الاقدام / الاحجام :

وهو يتمثل في وجود أمرين يود الشخص تحقيق أحدهما ، ولكن الأمر الآخر يمنعه من ذلك • وبمعنى آخر ينشأ هذا الصراع عن وجود رغبتين متعارضتين أحدهما موجبة والأخرى سالبة • وفى كثير من الأحيان يكون للموقف الواحد الذى يتعرض له الشخص عوامل مشجعة على الاقتراب منه وأخرى منفرة منه • مثال ذلك : الطالب الذى يرغب فى النجاح بدرجة ممتازة ، وفى الوقت نفسه يخشى على صحته من الاجهاد وبذل الجهد الكبير •

ونشير هنا الى أنه عندما تكون الصفات الموجبة والصفات السالبة ذات درجة واحدة من الأهمية فإن الصراع يكون قويا ، ويتأرجح الفرد نتيجة لذلك بين الاقدام والاحجام •• فهو عند اقdamه على الموقف المفضل تكبر فى نظره أضرار اقترابه وتتجسم فيبتعد عن الموقف ، وبمجرد ابتعاده تكبر فى نظره مميزات الموقف فيحاول الاقتراب ثانية ، ويظل هكذا متأرجحا بين الاقدام والاحجام • ان هذا النوع من الصراع كبير الأهمية بالنسبة لعملية التوافق ، اذ أن الوصول الى حل لهذا الصراع أمر صعب ، فكل حل يلجأ اليه الفرد يكون مصحوبا بالاحباط • ان حل المشكلة لا بد أن يتضمن أحد أمرين : اما أن يفقد شيئا يحبه أو يقبل شيئا لا يرغب فيه •

### ( ج ) صراع الاحجام :

يتمثل هذا الصراع فى وجود الشخص أمام حالة ينشأ عنها موقفان كلاهما يلحق به ضررا ما •• مثال ذلك : حالة الجندى الذى يجد نفسه على أبواب معركة ، فانه يجد نفسه متنازعا بين دافعين : حرصه على حياته وخوفه من الموت ، ودافع آخر هو خوفه من العار الذى يلحق به اذا هرب من المعركة والمحاكمة التى تنتظره • فالفرد هنا يواجه موقفين سلبين أحدهما مر ويلحق به ضررا ، ولكى يتجنب أحدهما فانه يضطر لمواجهة الآخر • وصراع الاحجام هذا يسمى

« صراع الاحراج » • والواقع أننا نجد كثيرا من الأفراد لا يستطيعون فى مثل هذا الموقف أن يختاروا اتجاها معيناً للسير فيه ، ويكون نتيجة ذلك أن يزداد تردد الفرد بين الموقفين ويعانى « القلق » الشديد •

### ٣ - القلق :

بناء على مناقشاتنا السابقة للصراع يمكن القول بأن القلق هو العامل الأساسى الذى يتدخل فى حالات الانحصراف النفسى • ولكى ندرك معنى القلق لا بد أن نميز بينه وبين الخوف • • فالخوف يعتبر استجابة متعلمة مشتقة من الألم ، هذا بجانب أن له صفة الدافع ، اذ يمكن عن طريق خفضه تعلم استجابات جديدة • ويشترك القلق الخوف فى هذه الصفات ، كما أنه يشترك معه فى معظم الأعراض الخارجية أيضا • فمن أعراض القلق : اضطرابات فى القلب كالخفقان ، واضطرابات فى النفس ، ونوبات من الدوار والاسهال وافراز العرق ، والشعور بالاعياء مما قد يصل الى حد الاغماء ، والقيء ، ونوبات من الارتجاف والتشنج العضلى ، وشدة التوتر والاستعداد للتهيج لأتفه الأسباب ، والاحساس العام بعدم الراحة •

ولكن القلق يختلف عن الخوف من ثلاثة نواح : الأولى ، هى أن الخوف استجابة انفعالية لخطر خارجى محدد ، فقد يخاف الجراح على حياة مريضه وتردد عنايته به • أما القلق فيمكن أن نسميه الخوف من المجهول ، فهو الخوف الذى لا أساس له فى العالم الواقعى • وكثيرا ماتسمع الأشخاص الذين يعانون قلقا مرضيا يقررون أنهم لا يعرفون لخوفهم مصدرا ، فهم يخافون من أنفسهم أو يخافون من لا شىء أو لا يعرفون مم يخافون • ومثل هذا الخوف يظهر بوضوح فى المواقف الجديدة التى يواجهها الفرد القلق لأول مرة مثل الاقبال على الزواج أو تحمل مسئولية جديدة أو السفر ، دون أن يكون لذلك سبب معقول •

والناحية الثانية التى يختلف فيها القلق عن الخوف هى أنه على الرغم من أن كلا من الخوف والقلق حالات توقعية الا أن مثيرات القلق



تأتى من داخل الفرد نفسه ، من دوافع معينة لارتكاب سلوك محرم وليس من خطر خارجى • وفى أثناء عقاب الطفل مثلا على الاستجابات المحرمة يكتسب الخوف نتيجة لأرتباط هذه الاستجابات بالألم الناتج عن العقاب ، فيصبح الخوف مرتبطا بهذه الاستجابات وكذلك بالدوافع التى أدت اليها ، فكلما أثرت هذه الدوافع فانها تستثير معها القلق •

وهذا يؤدى بنا الى الناحية الثالثة التى يختلف فيها القلق عن الخوف •• تلك هى أن الألم الذى يتوسط فى اكتساب القلق ناتج عن عملية عقاب اجتماعية ، يوقعها عادة الأبوان أو من يقوم مقامهما ، وهذا مما يزيد من حدة الانفعال فى حالة القلق ، فالأبوان — بحكم اقترانهما فى خبرة الطفل بالعقاب — يصبحان هما ذاتهما من مثيرات الخوف • وهذا هو أساس الشعور بالتناقض الوجدانى فى معظم الثقافات المتحضرة •• فكما أن الوالدين يكافئان الطفل فانهما يعاقبانه كذلك ، الى جانب أنهما يوفران له الدفء العاطفى والرعاية والأمن والاشباع فانهما أيضا يثيران عنده الخوف ويسببان له الألم والتوتر • وعلى ذلك فلا يجد الطفل مفرأ من أن يحب والديه ويرغبهما من ناحية ، كما يخافهما ويكرههما من ناحية أخرى • ولكن كراهية الوالدين تعتبر من أكبر مظاهر العدوان التى تجلب عقاب المجتمع ، ولذلك فان هذه الكراهية نفسها تصبح مثيرة للقلق •• وهكذا تتكرر مرة أخرى تلك العملية التى يكتسب القلق من خلالها •

#### ٤ — الكبت :

مما يزيد الأمر تعقيدا بالنسبة للقلق عملية أخرى تعتبر نتيجة له ومسئولة عن ذلك الغموض الذى يحيط به ، تلك هى عملية « الكبت » • ومعنى الكبت استبعاد الدوافع المثيرة للقلق من الشعور •• فعندما يعاقب الأبوان الطفل لفعل خاطئ فان الدافع لارتكاب هذا الفعل يصبح مثيرا للقلق ، ولما كان القلق ذاته صفة للدافع فان القلق فى هذه الحالة يدفع الى عدة استجابات للتخلص من هذا المثير • ولما كان

المثير فى حالة انقلب هو مثير داخلى ، فان الاستجابات التى يمكن أن تحقق هذا الغرض لا تخرج عن أحد الاحتمالات الثلاثة الآتية :

( أ ) الهروب من المواقف أو المثيرات التى تبعث هذه الدوافع •

( ب ) قمع هذه الدوافع •

( ج ) كبت هذه الدوافع •

والاحتمال الأول غير وارد ، اذ يستحيل على الانسان أن يهرب من هذه المواقف ، حيث ان الثقافة التى نعيش فيها مليئة بمواقف التنافس والعدوان والاحباط وما أشبه ، مما يرتبط بالدوافع التى اقترنت بالعقاب أثناء عملية التطبيع « التنشئة الاجتماعية » كما أن الاحتمال الثانى متعذر ، لأن « القمع » عملية تتطلب توافر القدرة على الاستدلال والحكم والمقارنة وغير ذلك من العمليات العقلية العليا ، التى لا تكون قد نضجت بعد عند الطفل أثناء عملية التطبيع الاجتماعى • فلا يبقى اذن سوى الاحتمال الثالث وهو « الكبت » أى استبعاد هذه الدوافع من الشعور أو من القدرة على التعبير اللغوى — سواء فى ذلك اللغة الظاهرية أو اللغة الداخلية ( أى التفكير ) •

وليس معنى استبعاد الدوافع المثيرة للقلق من التفكير أنها تستأصل كلية ، فالمثيرات الداخلية للدوافع المحرمة تظل فعالة وتعمل على استثارة القلق كلما استثارت باحدى الطرق الرمزية غير اللغوية • معن طريق الكبت لا يستطيع الشخص أن يقول — سواء بلغة ظاهرة صريحة أو بمجرد التفكير : « أنا أكره أمى » أو « أنا أريد أن أضرب أمى » • ولكن مثل هذا الشخص قد يجد اما لذة كبرى أو ضيقا شديدا عند مشاهدة مباريات الملاكمة أو أفلام العنف أو رؤية اخوانه يتشاجرون ، وذلك دون تفسير واضح لهذه المشاعر ، فان مثل هذه المناظر تثير نزعاته العدوانية بطريقة لا شعورية •

وتلخيصا لما سبق مناقشته فيما يتعلق بالصراع والكبت يمكن القول بأن الطفل فى أثناء سعيه لخفض التوتر الناتج عن دوافعه المختلفة قد يصطدم بالسلطة الخارجية التى تستخدم العقاب فى عملية

التطبيع الاجتماعي • وسرعان ما يتحول الصراع بين الطفل والسلطة الى صراع بين الطفل ونفسه ، أى بين هذه الدوافع من ناحية وبين الخوف من العقاب من ناحية أخرى • ولما كانت هذه الدوافع مقرونة بالألم ومثيرة للخوف ، لذا يكبت الطفل هذه الدوافع ، أى يستبعد من شعوره كل ما يرتبط بها من أفكار أو ذكريات • ولكنها تظل مع ذلك فعالة بطريقة لا شعورية ، ولذا فانها تثير الخوف بطريقة لا شعورية أيضا ، أو بمعنى آخر تثير القلق • • ومعنى ذلك أن عملية الكبت تصبح حلا غير ناجح للصراع ، اذ يظل الصراع قائما بين الدوافع المكبوتة من ناحية وبين القلق المتعلق بها من ناحية أخرى ، ويصبح من الضروري حينئذ الالتجاء الى أساليب سلوكية أخرى لحل هذا الصراع • وهذه الأساليب السلوكية التي يتخذها الفرد للتخفيف من حدة القلق الذي يعانيه من ناحية ، ولإشباع دوافعه من ناحية أخرى ، هي ما تسمى « بالأساليب اللاتوافقية للسلوك » أو « الحيل اللاشعورية » ، وسنناقشها فيما بعد •

\* \* \*

### ثانيا - التوافق الاجتماعي :

يعيش الانسان فى مجتمع ، وتحدث فى اطار المجتمع عمليات من التفاعل فيما بين الأفراد والجماعات والمجتمع • ويربط بين الأفراد نمط ثقافى معين ، كما أنهم يتصرفون وفق مجموعة من النظم والقوانين والعادات والقيم والمبادئ التي يخضعون لها ، للوصول الى حلول لمشكلاتهم بما يضمن استمرار بقائهم بطريقة سليمة •

وتعرف هذه العملية باسم « عملية التطبيع الاجتماعي » • فالتطبيع الاجتماعي يتم فى اطار العلاقات الاجتماعية التي تحيط بالفرد ويتفاعل معها ، سواء أكانت هذه العلاقات فى محيط الأسرة أو المدرسة أو الرفاق أو المجتمع العام • والتطبيع الاجتماعي هنا ذو طبيعة تكوينية ، لأن الكيان الشخصى والاجتماعى للفرد يبدأ فى اكتساب الطابع الاجتماعى السائد فى المجتمع ، من تنمية للحصيلة اللغوية وتشرب بالعادات والتقاليد السائدة وتقبل لبعض المعتقدات ونواحي الاهتمام

التي يؤكد عليها المجتمع • ولكن هذا الطابع الاجتماعي الذي يكتسبه الفرد لا يكفي لاتمام عملية التتبع الاجتماعي على الوجه الذي يحقق للفرد قدرا من التوافق الشخصي والاجتماعي ، الا في نطاق الأبعاد التالية :

## ١ — الالتزام بأخلاقيات المجتمع :

ان عملية التتبع الاجتماعي للفرد لا بد أن تتضمن التزامه بما في المجتمع من أخلاقيات نابعة من تراثه الروحي والتاريخي والاجتماعي • وتعتبر هذه الأخلاقيات علامات هامة على طريق الفرد ، تنبئه الى ما في المجتمع من أوامر ونواهي ، بمعنى ما يحبذه من أساليب سلوكية وما ينهى عنه من محرمات وممنوعات ، ونواحي التفضيل المختلفة التي يؤيدها الكيان الثقافي لهذا المجتمع •

ان التزام الفرد بهذه الأخلاقيات ينمي لديه الشعور بالانتماء للمجتمع والتوحد مع الجماعة ، ويمدى رضاها عنه ، وارتياحها لما يصدر عنه ويتفق مع أخلاقيات الجماعة وقيمها •

## ٢ — الامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي :

ينظم كل مجتمع انساني مجموعة من القواعد والنظم التي تضبط علاقات الفرد بالجماعة والمجتمع العام ، وتحكمها وفقا لمعايير وقوانين ترتضيها الجماعة • والفرد في أثناء عملية التتبع الاجتماعي يتعرف على هذه القواعد والنظم ويتمثلها ، حتى تصبح جزءا من تكوينه الاجتماعي ونمطا محددًا لسلوكه في الجماعة •

ان نمو قدرة الفرد أثناء عملية التتبع على الضبط الاجتماعي هو أشبه بالرقيب الذي ينظم حياة الفرد الاجتماعية والنفسية داخل اطار العلاقات الاجتماعية ، وفي أثناء محاولته تأكيد ذاته والتعبير عن مشاعره وعواطفه وانفعالاته ، وفي سعيه لتحقيق أهدافه ومستويات طموحه •



### ٣ — التفاعل الاجتماعي والتفاعل العائلي :

يتميز التفاعل العائلي — الأسرى — عن أى تفاعل اجتماعى آخر بخصائص معينة أساسها الود والترابط والحرية والصراحة والاستمرار، وتلك صفات لا نراها بوضوح فى أية علاقات اجتماعية أخرى .

ان أهم المؤثرات التى يقابلها الفرد فى طفولته هى تلك التى تأتية من الأسرة ، تلك الخلية الأساسية للمجتمع ، فهى التى تحيطه برعايتها فى سنى حياته الأولى . فالأسرة ، كمجتمع صغير ، عبارة عن وحدة حية ديناميكية ، تستهدف تنمية الطفل اجتماعيا . ويتحقق هذا الهدف بصفة مبدئية عن طريق التفاعل العائلى الذى يحدث داخل الأسرة ، والذى يلعب دورا هاما فى تكوين شخصية الطفل وتوجيه سلوكه وقدرته على التوافق مع البيئة الخارجية . ان الطفل فى هذا الجو العائلى يتعلم كيف يمتى ويتكلم وينمو وتتكون شخصيته ، أى أن الطفل يكتسب داخل الأسرة أسلوب تكيفه مع الاطار الاجتماعى المحيط به وتتكون عاداته واتجاهاته وميوله وأسلوب سلوكه .

ولكى ينمو الطفل نموا اجتماعيا صحيحا يجب أن تتوفر فى هذا الجو الأمور الآتية :

( أ ) أن يشعر الطفل بأنه مرغوب فيه ومحبوب ، دون الاسراف فى التدليل ، وتحقيق حاجاته النفسية عن طريق الأسرة .

( ب ) تعتبر الأسرة المسرح الأول الذى ينمى فيه الطفل قدراته ، ويكون ذلك عن طريق اللعب ومشاركة اخوانه ورفاقه فى لهوهم ومسراتهم وخبراتهم ، ولا شك فى أن التشجيع والمنافسة المشروعة لبناء أثر هام فى نمو هذه القدرات وتطورها .

( ج ) يستطيع الطفل فى محيط الأسرة أن يتعلم كيف يتخلى عن الأنانية ، بمعنى أنه يتعلم كيف يحترم حقوق الغير وكيف يتلاءم مع غيره من أفراد الأسرة ، وأن يجد فى الأبوين القدوة الحسنة .

( د ) يتعلم الطفل فى الأسرة مبادئ السلوك والتعامل مع

الآخرين ، ويكون ذلك عن طريق ملاحظته لسلوك أفراد الأسرة واستجاباتهم للمواقف المختلفة •

( هـ ) يكتسب الطفل — نتيجة تفاعله وخبراته فى الأسرة — مجموعة من العادات الخاصة بتناول الطعام وارتداء ملابسه والعناية بهندامه والنظافة والمحافظة على النظام والعناية بشئونه وعادات المشى والكلام والحركة والتخاطب مع الآخرين وكيفية معاملتهم •

( و ) من خلال الأسرة يتعلم الطفل الكثير ويكتسب العقائد الدينية والأفكار التى تدل على التسامح أو التعصب والخوف واحترام النظام والقانون وما أشبه •

وهكذا ، فبقدر ما تكون ظروف التنشئة الاجتماعية فى الأسرة سليمة وتتم فى جو نفسى اجتماعى يتسم بالأمان والتضامن والمحبة ، بقدر ما يكون ذلك عاملا محددًا لتكيف الفرد وتوافقه فى مراحل عمره المختلفة •

#### ٤ — التفاعل الاجتماعى والجو المدرسى :

لا تقتصر رسالة المدرسة اليوم على حشد المعلومات فى رؤوس التلاميذ ، بل أصبحت المهمة التربوية أساسا • وكذلك المعلم لم تعد رسالته تلقين للمعلومات وإنما أصبح مسئولًا عن تربية التلاميذ ورعايتهم نفسيا واجتماعيا • ان التربية الحديثة تطالب المدرس أو المربي أن يلاحظ تطور التلميذ ويرعاه • وتتحصر عملية التربية — وفقا لهذا المفهوم — فى تحقيق التوافق بين التلميذ والقيم التى تفرضها البيئة ، ويعتمد نجاح العملية التربوية على الطريقة التى يستخدمها المربي لتحقيق هذا التوافق •

ان التعليم — بفضل المناهج الحديثة — يعتبر فرصة طيبة للتلميذ للممارسة والتجريب واكتساب الخبرة ، وفرصة انطلاق الى الخبرة الحية الواقعية لتحقيق تكامل قدراته وشخصيته • والتعليم الذى يحقق

للتلاميذ فرصا فعالة للنمو والتعبير عن أنفسهم ، ينبغي أن تتوفر فيه المقومات الآتية :

( أ ) يجب ألا تكون قاعات الدراسة مكتظة بالتلاميذ ، بل ينبغي أن يكون العدد محدودا بحيث يسمح للتلاميذ بحرية الحركة والعمل والانطلاق . . ان العمل المدرسي في الجو المزدحم بالأعداد الكبيرة من التلاميذ يحمل آثار الروح الدكتاتورية ، حيث يسيطر على قاعة الدراسة النظام التسلسلي الذي يلزم المعلم أن يفرض احترام التعليمات والأوامر ، وأن يقيم طاعة التلاميذ له على أساس من الإكراه . ومن هنا يشيع جو من البغض والكراهية للمعلم الذي يعمل على أن يحيط نفسه بجو من الرهبة حتى ينال طاعة التلاميذ .

( ب ) ان التربية الحديثة يجب أن تستهدف منذ البداية تطبيع التلاميذ اجتماعيا ، وبقدر ما تسعى المدرسة الى هذا التطبيع الاجتماعي بقدر ما تزداد قدرة التلميذ على التوافق مع البيئة . ان قدرة الفرد على أن يصل الى درجة من التوافق مع نفسه تعنى في مضمونها قدرته على التكيف مع القيم والأهداف التي ارتضاها لنفسه ، وهذه القدرة — بالتالي — تساعد على أن يحقق درجة معقولة من التوافق مع الجماعة التي ينتمى اليها . ويترتب على هذا شعور الفرد بتقبله لذاته وبتقبل الآخرين له ، مما يؤدي الى شعوره بالراحة النفسية والرضا عما يقوم به من تصرفات وسلوك .

( ج ) يجب أن تسعى المدرسة الى استخدام عنصر « التشويق » في الدراسة حتى يجتذب اهتمام التلاميذ للمواد الدراسية . وبقدر نجاح المدرسة في هذه العملية بقدر ما تستطيع أن تحقق عملية التطبيع الاجتماعي للتلاميذ . ويحتاج عنصر التشويق الى عدم التمسك بقيم بالية لا تصلح للعصر الحديث . . فتصبح المدرسة كخلية النحل تسودها الحركة والفاعلية من خلال ورش الهوايات والفصول البهيجة المليئة بالوسائل التعليمية ، واشتراك التلاميذ في عمليات النظافة وحفظ النظام والشئون الادارية بالمدرسة ، والاشتراك في الألعاب وممارسة الهوايات واقامة الحفلات المدرسية وما أشبه .

( ١٠ — الشخصية السوية )

( د ) ان التوجيه التعليمى يمثل جانبا هاما من العملية التربوية ، وهو يستهدف تكييف التعليم وفقا لامكانيات كل فرد حسب قدراته واستعداداته وخواص شخصيته واهتماماته • هذا بالاضافة الى عملية الارشاد النفسى التى تساعد من يعانى مشكلات سوء التوافق من التلاميذ كى يتغلب على مشكلاته ويحقق التوافق فى مختلف شئون حياته • ويقوم بهذه العملية « مرشد نفسى » متخصص سواء بالمدرسة أو بالمنطقة التعليمية •

مما تقدم نستطيع القول ان المدرسة وما تقدمه من أساليب تربوية حديثة تلعب دورا هاما فى عملية التوافق الاجتماعى • وبقدر ما تقدمه المدرسة من أساليب تربوية سليمة ، بقدر ما تغرس من بذور يظهر آثارها بوضوح فى حياة الفرد • • طفلا أم مراهقا ، شابا أم كهلا ، رجلا أم امرأة •

\* \* \*

### ثالثا - التوافق المهنى :

ننتقل الآن الى مناقشة « التوافق المهنى » باعتباره أحد الفروع المتخصصة للتوافق والتى تتعلق بمجال العمل • ولاشك أن مجال العمل يعتبر من أهم المجالات التى ينبغى أن يحقق فيها الفرد أكبر قدر من التوافق • وترجع هذه الأهمية الى عاملين أساسيين : أحدهما أن الفرد يقضى نسبة كبيرة من وقته فى مجال العمل ، والثانى هو الدور الهام للعمل وتأثيره على حياة الفرد ومكانته (٣) •

ويعرف التوافق المهنى بأنه « توافق الفرد لدنيا عمله • • فهو يشمل توافق الفرد لمختلف العوامل البيئية التى تحيط به فى العمل ، وتوافقه للتغيرات التى تطرأ على هذه العوامل على مر الزمن ، وتوافقه لخصائصه الذاتية • وهكذا فان توافق الفرد مع المشرف عليه ، وصاحب

---

(٣) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ١٠ •



العمل أو المسئول عنه ، ومع زملائه ، وكذلك توافقه مع مطالب العمل ، وتوافقه مع ظروف العمل المتغيرة ، وتوافقه مع قدراته الخاصة ، ومع ميوله ، ومع شخصيته ، يعتبر هذا جميعه متضمنا في مفهوم التوافق المهني « (٤) » .

ويمكن أيضا أن نعرف التوافق المهني بالنسبة لنتائجه ، واحدى هذه النتائج هي « الاشباع المهني » . . فهناك الرضا الاجمالى عن العمل ، كما أن هناك الرضا عن جوانب معينة من بيئة العمل . ومقياس الرضا الاجمالى عن العمل يسمح للفرد بأن يقيم كل جانب للعمل فيما يتعلق بالأهمية النسبية له . ومقاييس الاشباع المهني لها جوانب كثيرة مترابطة تشير الى التوافق المهني ، من بينها زيادة الأجر ، والتقدم فى العمل ، والثبات والاستقرار فى العمل ، ومكانة العامل ، ومدى الاستفادة من قدرات العامل .

هذا ونستنتج التوافق المهني للفرد من علامتين أساسيتين هما : الرضا/الاشباع ( Satisfaction ) والارضاء/ الكفاية ( Satisfactoriness ) « فالاشباع » يشمل الرضا الاجمالى عن العمل والرضا عن مختلف جوانب بيئة العمل ( المشرف ، الزملاء ، المؤسسة التى يعمل بها ، ظروف العمل ، ساعات العمل ، الأجر ، نوع العمل ) ، كما يشمل اشباع حاجاته وتحقيق طموحه . أما « الكفاية » فقتضح من انتاجية الفرد وكفايته . . من الطريقة التى ينظر بها اليه مشرفه وزملاؤه والمؤسسة التى يعمل بها . كما نتضح سلبيا من غيابه وتأخره ، ومن اصاباته واستهدافه للحوادث ، ومن عدم استقراره فى العمل (٥) .

وللتوافق المهني شروط تتلخص فى الآتى :

١ — شعور الفرد بالرضا عن مستواه الاقتصادى .

---

Scott, T., et. al.; A Difinition of work Adjustment. (٤)

Minnesota : Industrial Relations center, Univ. of Minnesota, 1958, p. 4 .

Ibid., p. 58 .

(٥)

- ٢ — شعور الفرد باهتمام صاحب العمل به كإنسان له مكانته الذاتية •
- ٣ — تأكده من أن رؤساءه ليسوا رقباء عليه بقدر ما هم موجهون له •
- ٤ — حب الفرد للعمل الذي يؤديه ، وشعوره بالأمن والاستقرار في العمل •
- ٥ — توافر فرص الترقى في العمل •
- ٦ — توافر فرص الاستزادة من المعرفة والتقدم في العمل •
- ٧ — توافر الفرص للفرد للاستفادة من آرائه وأفكاره في الانتاج •

\* \* \*

#### ● تحقيق التوافق المهني في الصناعة (١) :

ولكى نعمل على تحقيق التوافق المهني ورفع مستواه في الصناعة ينبغي العمل على تحسين توافق الفرد وعلاقاته مع مكونات بيئته المهنية ، وهي تشمل ما يأتي : علاقة العامل بحرفته ، علاقته بنظام المؤسسة ، علاقته بالرؤساء ، علاقته بزملائه ، علاقته بظروف العمل ، علاقته بآلات وأدوات العمل ، علاقته ببيئته خارج المؤسسة • وفيما يلي مناقشة لهذه العلاقات :

١ — فبالنسبة « لعلاقة العامل بحرفته » .. نجد ضرورة لوضع الفرد في العمل الملائم له والذي يتناسب مع قدراته واستعداداته وميوله وشخصيته • وتساعدنا بالدرجة الأولى على تحقيق ذلك عمليتان هما : عملية « الانتقاء المهني » وعملية « التوجيه المهني » ، وان فشلنا في تحقيق ذلك يتسبب عنه ترك الكثيرين لأعمالهم وانتقالهم الى غيرها لفشلهم فيها • فالعامل الذي يعجز عن الاستقرار في حرفة معينة هو ذلك الذي لم يصادف العمل الذي يناسبه منذ البداية • ولعلنا ندرك

---

(١) فرج عبد القادر طه : علم النفس الصناعي والتنظيمي .. دار المعارف

مقدار ما يعانيه العامل من كثرة التنقل بين الأعمال من شعور بالمرارة والاحباط واليأس وفقد الثقة بالنفس والقلق ، وما ينتج عن ذلك من انعكاس هذا الشعور فى علاقاته مع رؤسائه وزملائه ومع نفسه . كما أنه بحاجة دائمة الى اعادة المتوافق مع البيئات الجديدة والأعمال الجديدة ، علاوة على فترات التعطل التى تواجهه فيما بين ترك عمل والالتحاق بعمل آخر . هذا بالإضافة الى ما يعود على المؤسسة من نفع كبير ان هى أحسنت وضع العامل فى المكان الذى يناسبه حيث تزيد إنتاجيته ويحسن توافقه مع العمل .

٢ — وبالنسبة لعلاقة العامل بنظام المؤسسة ، فان العامل المتوافق مع عمله يكون عادة على علاقة طيبة مع النظام والجهات الادارية بالمؤسسة . ولعل المسئولين عن دراسته شكوى العاملين وما يقومون به من مشاغبات يدرك أن أغلبها يصدر عن الفاشلين فى أعمالهم . فالشخص الذى لا يحقق الرضا النفسى عن طريق العمل يحاول تحقيق ذلك من خلال القيام بأعمال الاضطراب والشغب بالمؤسسة ، وبذلك ينجح فى أن يصرف غيره عما فشل فى تحقيقه ، ويرضى اعتباره لذاته عن طريق ترعمه لهذه الحركات . لهذا ينبغى أن تقوم المؤسسة بدراسة الأسباب الحقيقية التى تؤدى بالعامل لأن تسوء علاقته بنظام المؤسسة وهيئاتها الادارية ، وتعمل جادة على ازالتها .

٣ — وبالنسبة لعلاقات العامل مع الرؤساء ، فينبغى على المؤسسة الانتاجية أن تعمل على أن تسود العلاقات الاجتماعية والنفسية الصحيحة بين الرئيس والمرؤوس . وتشير البحوث والدراسات فى هذا المجال الى أهمية القيام بالأشياء التى تؤدى الى تنمية علاقات نفسية صحية بين المشرف والعاملين والتى تتلخص فى الآتى :

- معاملة المرؤوسين معاملة انسانية كريمة .
- تمثيلهم تمثيلا أميناً لدى الادارة العليا للمؤسسة .
- تطبيق قوانين ونظم الشركة عليهم تطبيقاً مرناً .
- اخلاصه فى ارشادهم وتوجيههم .

- أن يكون قدوة حسنة أمام مرؤوسيه •
- إتاحة الفرصة لهم للتقدم المهني والنمو •
- التعامل مع كل منهم وفقا لطاقاته وامكانياته •
- وضع كل فرد في العمل الذي يلائمه •
- حماية مرؤوسيه والدفاع عنهم وقت اللزوم •
- تنمية ولائهم للمؤسسة عن طريق معاملتهم معاملة انسانية واشباع حاجاتهم ورغباتهم •

٤ — وبالنسبة لعلاقة العامل بزملائه ، نجد أن الظاهرتين الأساسيتين اللتين تحددان العلاقة بين العامل وزميله داخل المؤسسة هما « التعاون والمنافسة » • وتلجأ أغلب المؤسسات الانتاجية الى استخدام عنصر « المنافسة » اما استخداما صريحا أو ضمنيا • ولسنا ننكر ما يعود على المؤسسة من فوائد مباشرة من وراء هذا التنافس ، ولكن علينا أن نضع في اعتبارنا ما قد يجره هذا التنافس الفردي من افساد للعلاقات الداخلية فيما بين العاملين ، وتبادل مظاهر العدوان الناشئ عن الاحباط الذي تحدثه هذه المنافسة الفردية بين الزملاء • لهذا ينبغي ألا نعتبر التعاون والمنافسة متعارضين تعارضا تاما ، بل كلما أمكن الجمع بينهما استطعنا أن نستخدمهما بالطريقة التي تضمن سلامة العلاقات المتبادلة فيما بين العاملين •

وبالإضافة الى ذلك ، فإن اهتمام المؤسسة بأشياء النوادي وتشجيع النشاط الرياضي وإقامة الحفلات الترفيهية والرحلات وغيرها من أوجه النشاط الاجتماعي والثقافي ، يساعد على تحسين مستوى علاقات العامل بزملائه وتوافقه معهم •

٥ — وبالنسبة لعلاقة انعام بظروف العمل ، فإن معظم هذه الظروف بيئية كالإضاءة والتهوية والضوضاء ونظام فترات الراحة والعمل وعوامل التعب الضجر / الملل ما أشبه • فعلى المؤسسة — إضافة الى وضع كل فرد في العمل الذي يلائم امكانياته واهتماماته وميزات شخصيته — أن تهيب له الظروف البيئية المناسبة لاستمرار توافقه •



ومن شأن تهيئة هذه الظروف أن ترفع مستوى الكفاية الانتاجية وتريد من رضا العامل عن عمله وتوافقه .

٦ — وبالنسبة لعلاقة العامل بالآلات العمل وأدواته ، نجد انه ، بالإضافة الى النظم واللوائح والأشخاص الذين يتعامل معهم ، فانه يحثك بالآلات والأدوات التي يستخدمها في الانتاج . كما أن سلامته وأمنه يتوقفان على حسن استعمالها بما يضمن عدم تعرضه للحوادث . وقد أوضحت الدراسات التي تناولت موضوع الحوادث أن هناك عوامل نفسية تخدم وراء هذه الحوادث ، سواء أكانت اضطرابات انفعالية أو قصور في القدرات العقلية والامكانيات الشخصية المتطلبة للعمل . ولذلك فان برامج الانتقاء والتوجيه المهني الصحيحة ، بالإضافة الى الارشاد والعلاج النفسي ، كفيلا بأن تقلل من قابلية الفرد للحوادث واستهدافه لها الى أقل درجة ممكنة . كما أوضحت البحوث أيضا أن هناك علاقة بين استهداف العاملين للحوادث وانخفاض روحهم المعنوية . وفي هذه الحالات يكون العلاج برفع الروح المعنوية للعاملين مفيدا في تقليل نسبة الحوادث والاستهداف لها .

٧ — أما بالنسبة لعلاقة العامل ببيئته خارج المؤسسة ، فنلاحظ أن العامل ليس عضوا في مؤسسة العمل فحسب ، بل هو عضو في جماعات عديدة مترامية الأهداف ووجهات النظر والمبادئ والقيم . ويختلف مركزه في كل منها ، ويتحرك ما بين القيادة والتبعية عند مرار في اليوم الواحد . . . فهو عضو في أسرته التي نشأ بها ، وقائد لأسرته التي يعولها ، وهو عضو أو موظف ثم مشرف أو قائد لمجموعة عمل ، وهو عضو بانسان وفي ذات الوقت يرأس جماعة ثقافية أو ترفيهية ، وهكذا . وهو محتاج في كل هذه الجماعات الى درجة كافية من التوافق النفسي ، حتى تكون علاقته مع الأفراد المتضمنين في هذه الجماعات علاقات صحية خالية من الاضطراب .

وتصادف الفرد في سبيل الحصول على هذا التوافق صعوبات شخصية متنوعة ، وبقدر نجاحه في التغلب عليها يشعر براحة نفسية تنعكس على مظاهر حياته المختلفة وأهمها « العمل » . ونخلص من

هذا بأن الكثير من المشكلات التي تواجه الفرد في العمل قد تكون ناشئة عن مشاكل خاصة خارج نطاق العمل • وهي تحتاج في سبيل التغلب عليها وحلها الى وضع برنامج منظم للتوجيه والارشاد النفسى ، يقوم على تنفيذ اخصائيون نفسيون مؤهلون لعلاج الحالة أو تحويلها الى جهات الاختصاص •

وهكذا اذا ما نجحنا في تحسين علاقات العامل بكل من مكونات بيئته ، فاننا نرفع من مستوى توافقه المهني الى اقصى حد ممكن ، بما يؤدي الى توافقه العام مع شتى جوانب حياته •

ويرى « شافر وشوبين »<sup>(٧)</sup> أن سوء التوافق المهني ينبع من مصادر متعددة • • فكثير من السخط على العمل ينتج عن أجور منخفضة ومن ظروف عمل قاسية ، ومن التعب والرقابة والممل ، كما أن قصور قدرات العامل وعدم الوفاء بمتطلبات العمل تعتبر مسئولة عن عدم رضا العامل عن عمله وتركه الى غيره • وبالإضافة الى ذلك ، فهناك أوجه الضعف في التنظيم الاجتماعي والعلاقات الشخصية الداخلية بين العاملين في المؤسسة الانتاجية الحديثة ، حيث يضعف الاتصال وينقص التعاون فيما بين العاملين ، مما يؤدي الى شعور العاملين بعدم الرضا • وقد يكون سبب عدم الرضا لا يرجع أساسا الى العمل وظروفه • • بل قد يكون مرجعه سوء توافق شخصي ، كالصراعات في محيط الأسرة فيأتي بها العامل الى موقف العمل ، فلا يستطيع الفرد حينئذ أن يثق في رئيسه أو زملائه • كما أن هناك سببا عاما لمشاكل التوافق المهني ، هو توافر ردود أفعال نفسية تجاه السلطة • • فاذا لم يستطع الفرد أن يحقق توافقا ناضجا مع والده ، فانه عن طريق التعميم ، سوف يستجيب لمثل السلطة كالرؤساء والمشرفين باستجابات غير متوافقة تتسلسل من الخوف الى التمرد •

---

Shaffer, L., and Shoben, E. Jr.; *The Psychology of Adjustment* ( 2 nd ed. ) . Boston : Houghton - Mifflin, 1956, p.p. 569 - 570 .

ويعرض المؤلفان ثلاث وسائل أساسية يمكن أن تؤدي الى تحسين مستوى التوافق النفسى والمهنى فى مجال العمل وهى :

- تدبير خدمات الارشاد النفسى للعاملين .
- تدبير اجراءات مناسبة لانتقاء الأفراد وتوجيههم وتدريبهم .
- تنظيم الصناعة على النحو الذى يرتقى بالقيم الانسانية ، ويعترف بالقيمة الانسانية للعامل .

وهناك نوعان من الأجواء النفسية يؤديان الى بعث التوترات فى موقف العمل ، هما جو التسلط وجو المنافسة . . وفى ظروف « التسلط » ، يكون الاتصال بين الادارة والعامل فى أضيق نطاق ، حيث على العامل اطاعة أوامر الادارة دون مناقشة . وهذا يؤدي الى شعور العامل بالاستياء لعدم قدرته على ابداء رايه أو مناقشة رؤسائه فى شئون العمل ، وقد ينفس عن بعض هذا الاستياء فى محيط أسرته بأن يلعب دور التسلط على أفراد أسرته . أما فى ظروف « المنافسة » فان الاهتمام ينصب على قدرة الفرد على التفوق على زملائه ، بما يؤدي الى الشعور بعدم الأمن مقارنة بالموقف فى ظروف التسلط . وفى ظروف التسلط تتولد لدى الفرد اتجاهات عدوانية لا يستطيع التعبير عنها فى موقف العمل ، وفى موقف المنافسة يشعر بأنه يستغل لمصلحة آخر ، وقد يحاول التعويض بأن يبحث أولاده على التفوق فى الدراسة أو يتجه للتعويض بوسائل غير سوية (٨) .



### أساليب التوافق غير السوى

سبق أن ذكرنا — فى مستهل هذا الفصل — أن ما يقوم به الشخص من كبت لمواجهة الدوافع المحرمة انما هو حل ناقص ، لا يؤدي الى ازالة القلق الناتج عن استثارة هذه الدوافع . واذا كان الكبت حلاً ناقصاً على هذا النحو ، لذلك فان قصة الشخصية المنحرفة — غير

---

(٨) فرج عبد القادر طه : علم النفس الصناعى والتنظيمى .. القاهرة دار المعارف ، ١٩٨٣ ، ص ٦٤ — ٦٥ .

السوية لا تقف عند هذا الحد .. فالقلق لا يفتأ يدفع الفرد -  
- لا شعوريا - الى القيام بأى سلوك حتى يخفف من حدة القلق .  
فالفرد ، لكي يحمى نفسه من هجمات التلق ويدافع عن نفسه ضدها ،  
فانه قد يلجأ الى أساليب لاتوافقية للسلوك بما يسمى بالأعراض أو  
بالسلوك المرضى ، الذى يخفف مؤقتا من حدة القلق ، ويشبع فى ذات  
الموقت الدوافع المكبوتة الى حد ما (٩) .

ويمكن أن نصنف الأساليب المرضية غير السوية تبعاً لشكل  
السلوك الظاهري الى أربعة أنواع :

**أولاً :** « أساليب هجومية » ، وهى الأساليب التى تتخذ شكلاً  
مضاداً للمجتمع ، أو التى يكون اتجاهها الى الخارج وليس نحو الذات .  
وهذه الأساليب ، وان كانت تتضمن الدخول فى التفاعل مع الجماعة ،  
الا أن هذا التفاعل يتم بشكل لا تكاملى أى فى غير مصلحة الجماعة .  
ويسمى هذا النوع من الدفاع بالدفاع عن طريق « الهجوم على  
الآخرين » .

**ثانياً :** « أساليب انسحابية » ، وهى تتضمن الهروب أو الانسحاب  
من المواقف التى تثير الصراع . والصفة المميزة لهذه الأساليب أنها  
تتطوى على قصور واضح فى التفاعل أو النشاط الاجتماعى ، سواء  
عن طريق الانزواء السلبي أو الرفض الايجابى للتعاون ، كما أنها  
تكون مصحوبة فى الغالب بالتعويض عن طريق « الانسحاب بعيداً عن  
الآخرين » .

**ثالثاً :** « أساليب استعطافية » ، تتضمن جميع الوسائل التى  
يظهر فيها الخوف أو المرض والأوجاع الجسمية بشكل واضح . ويسمى  
هذا النوع بالدفاع عن طريق « الالتجاء الى الناس » .

**رابعاً :** « القلق المرضى » ، فاذا لم يجد الفرد أى مخرج له من  
مشكلاته أو التخلص من قلقه بالطرق سابقة الذكر ، فانه يظل يعانى  
القلق والاضطراب والانهك والعصبية .

---

(٩) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى .  
القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ٢٠٨ .



وهذه الأساليب الدفاعية ليست مستقلة بعضها عن البعض الآخر بشكل واضح محدد ، بل انها قد تصبح أحيانا متداخلة أشد التداخل<sup>(١٠)</sup> وفيما يلي مناقشة مختصرة لهذه الأساليب الدفاعية<sup>(١١)</sup> .

## أولا - الأساليب الهجومية :

### ١ - التعويض الزائد ( Excessive Compensation ) :

ينتج عن محاولة التغلب على الفشل أحيانا نتائج ضارة او غير مرغوب فيها اجتماعيا . فمثلا قد لا يتجه الطالب الفاشل في دراسته الوجهة السوية ، فهو يقوم بمحاولات يائسة لتأكيد ذاته تعويضا لما يشعر به من نقص . وقد تتضمن هذه المحاولات نشاطا غير مرغوب اجتماعيا دون أن يحقق ما يريده الفرد من اشباع ودون أن يتغلب على ما يعانيه من احباط . . فهو قد ينعالى على اخوانه في المدرسة ، وقد يحاول أن يلفت اليه الأنظار في المجالس بخرقة الحلام أو الحديث بصوت عال أو المعارضة لمجرد لفت الانظار ، أو يزهو ويتباهى بأعمال قام بها وقد تكون غير حقيقية .

ويمكن أن نلاحظ التعويض في سلوك الأطفال بشكل أكثر وضوحا . . فالطفل الذي يثير الشغب أو يختر من العدوان على أقرانه أو اخوته الأصغر سنا ، قد يخفى بسلوكه هذا شعورا قويا بالقصور في قدرته البدنية أو بالخوف من الدخول في مواقف التنافس مع زملائه . ويلاحظ التعويض عند الكبار في حالة القصور البدني بشكل واضح أحيانا . . فقد يلاحظ في سلوك قصير القامة أنه يميل الى اثبات ذاته دائما ، فيلجأ الى اتخاذ مواقف جدية في حياته بشكل عام ، أو قد يتحدث بصوت مرتفع ، أو قد يكتسب القدرة على الهجوم عن طريق اللغة ، فنراه حاضر البديهة له تهكمات وتعليقات لاذعة .

---

(١٠) المرجع السابق ، ص ٢١٦ - ٢١٧ .

(١١) سيد عبد الحميد مرسى : سيكولوجية المهن ( ط ٤ ) ، القاهرة العالمية للنشر ، ١٩٧٧ ، ص ٣٣ - ٣٨ .

## ٢ - التبرير ( Rationalization ) :

التبرير بالنسبة للتفكير كالتعويض بالنسبة للسلوك ، ويتمثل كثيرا فى الأسباب التى يغطى بها الفرد فشله فى أغلب الأحيان . . . مثال ذلك الطالب الذى يرسب ويقرر ذلك بأنه لصعوبة الامتحان أو لسوء حظه . وقد يقرر البعض عدم القدرة على تحقيق هدف معين بأن ذلك الهدف لم يكن فى الواقع خيرا بالنسبة لهم . وقد يقرر الرئيس معاملته لمرؤوسيه بقسوة بأنه إنما يفعل ذلك لكى يكونوا عبرة لزملائهم . وقد يقرر الأب سيطرته على أبنائه بأنهم لا يعرفون مصلحتهم مهما بلغوا من السن أو التعليم أو الخبرة . وقد يظهر التبرير فى صورة أخرى ، وهى صورة الشخص الذى يتطوع باسداء النصح للآخرين ، الذين يريد هو فى الواقع أن ينتقدهم ويحقر من شأنهم ويظهر سيطرته عليهم ، حتى يرضى ذاته ويشعر أنه أعلا منهم مركزا .

هذه كلها أمثلة للتبرير ، وهى تتضمن فى مجموعها تسوينغ الأفعال بأسباب معقولة اجتماعيا ، فى حين أن الدافع الحقيقى هو فى الواقع دافع مكبوت غير مقبول سبق أن واجه الفرد مواقف مؤلمة بسببه .

## ٣ - الإسقاط ( Projection ) :

إن الشخص الذى اعتاد أن يعاقب على العدوان قد يكون عن نفسه فكرة عامة بأنه مكروه أو منبوذ مما يثير قلقه ، كما أن استثارة أى رغبة له فى العدوان تثير قلقه كذلك . ولكن الحياة مليئة بالمواقف التى تدعو الى المبادأة وتحمل المسؤولية واتخاذ خطوات تنفيذية قد يكون فيها مخالفة الآراء الآخرين ، وهذه كلها تحمل معنى العدوان . لذلك فقد يجد مثل هذا الشخص نفسه محبطا فى كثير من هذه المواقف لأنه لا يستطيع أن يجد مخرجا لرغباته المكبوتة . لذلك فإنه يتبع وسيلة « الإسقاط » لكى يخفف من حدة هذا القلق وهذا الاحباط ، ولكى يشبع دوافعه المكبوتة من ناحية أخرى . . . فهو يسقط رغباته العدوانية مثلا على الآخرين ، وذلك بأن يتصور أن البعض يدبر له

مكائد أو يتصور أن الناس أعداء له وأنه لا يوجد فى العالم من يريد الخير لأحد .

#### ٤ — التقمص ( Identification ) :

« التقمص » أسلوب سلوكى يحاول به الفرد الوصول الى اشباع لدوافعه عن طريق تصور نفسه فى مكان أفراد آخرين ، وهو بذلك يشاركهم ( فى مستوى التصور ) تحصيلهم الذى حرم منه . . فيتصور نفسه فى موقف المحارب الشجاع أو فى مكان أبطال القصص التاريخية والمسرحيات والأفلام السينمائية ، التى تدور معظم أحداثها حول انتصارات هؤلاء الأبطال فى معارك يتغلبون فيها على أعدائهم . وقد يدمن الشخص على قراءة مثل هذه القصص أو مشاهدتها أو الحديث عنها . . وعن طريق هذه العملية يستطيع أن يشبع دوافعه من ناحية ، ومن ناحية أخرى فإن مثل هذه المواقف لا تثير عنده القلق بمثل ما تثيره مواقف العدوان المباشر .

وقد يتقمص الشخص فردا أو جماعة ، كما أن عملية التقمص قد تحدث فى جميع مراحل العمر . فالطفل قد يتقمص شخصية والده أو مدرسه لكى يشعر بالزهو والكبرياء والسيطرة التى حرم منها ، والشاب قد يتقمص فريقا بأكمله أو جمعية من الجمعيات أو بطلا أو سياسيا أو عظيما من العظماء .

#### ٥ — النقل ( Replacement ) :

قد يحل الصراع أيضا عن طريق اتخاذ كبش للفداء ، أو عن طريق اتخاذ مواقف أو أشخاص أو أشياء يمكن أن تجد فيها الدوافع المكبوتة اشباعا مع تلافى القلق المتعلق بهذه الدوافع . ويلاحظ هذا الأسلوب كثيرا فى حياتنا اليومية . . فالرئيس الذى يغضبه أحد مرؤوسيه قد ينقل عدوانه على مرؤوس آخر ، والموظف الذى يغضبه رئيسه قد ينقل عدوانه على أحد السعاة أو على أهل منزله كزوجته وأولاده . وكثيرا ما نلاحظ أن الشخص فى حالة غضبه قد يركل

الكرسى بقدمه أو يضرب الحائط بيده ، وذلك اذا كان المثير الأصلي للغضب شخصا لا يمكن رد العدوان عليه .

\*\*\*

### ثانيا - الأساليب الانسحابية :

يلاحظ فى المواقف السابقة أن الفرد يواجه المواقف مواجهة عدوانية الى حد ، كما كان سلوكه يتضمن المشاركة الاجتماعية . ولكن هناك نوعا آخر من السلوك الدفاعى لا يدخل فيه الفرد فى علاقة ايجابية مع المجتمع على هذا النحو ، بل يتميز بالتقهقر والسلبية والانسحاب ، ولذا يسمى « بالأسلوب الانسحابى » . وفيما يلى نتعرض للأشكال المختلفة من هذا الأسلوب ..

#### ١ - الانعزال والانعزواء/الانطواء ( Introversion ) :

قد تصبح المواقف الاجتماعية مثيرة للقلق عند الفرد ، ولذا نراه يلجأ الى الابتعاد عن المجتمع بقدر الامكان لى يخفف من حدة القلق . فالمجتمع بالنسبة للشخص المنزوى/المنطوى ملئ بالعوامل المثيرة للاضطراب والتعاسة ، ولذا فانه يتجنب مصاحبة الناس ويؤثر الوحدة والانفراد فى أنشطته المختلفة . فنراه يميل الى ممارسة الألعاب الفردية ووسائل التسلية والترويح الفردية ويتجنب المواقف الاجتماعية ، حتى يتفادى أى احتكاك بالآخرين .

والشخص الذى يتخذ هذا الأسلوب هو عادة ذلك الفرد الذى تكرر فشله فى المواقف الاجتماعية ، كما أنه لم ينجح فى الأساليب الايجابية التى حاول أن يستخدمها ليعيد التوافق بينه وبين المجتمع . ويرجع ذلك فى كثير من الحالات الى القسوة والتعسف من جانب الوالدين ، وفرض الترامات على الأبناء تفوق طاقاتهم ، وكذا تدعيم الآباء للسلوك الانعزالي لأبنائهم حيث ينظر اليه الآباء كسلوك هادى يدل على التهذيب والأدب . وان مثل هذا السلوك الانسحابى أشد خطرا فى الواقع من الأساليب الهجومية ، لأنه قلما يثير الانتباه .



## ٢ — التخيل وأحلام اليقظة ( Fantasy ) :

عبارة عن استجابات بديلة للاستجابات الواقعية ، فإذا لم يجد الشخص وسيلة لاشباع دوافعه فى الواقع فإنه يستطيع أن يشتق اشباعا جزئيا عن طريق التخيل وأحلام اليقظة . والشخص المنزوى/ الانطوائى يغرق نفسه عادة فى التخيل وأحلام اليقظة ، حيث انه يجد فى ذلك وسيلة للاشباع لا تحتاج الى المشاركة الفعلية فى أى نشاط اجتماعى قد يجد فيه مثيرا للقلق .

ومعنى ذلك أن التخيل يعتبر بالنسبة للشخص المنزوى وسيلة يستطيع من خلالها أن يحل صراعاته ، فيحصل على اشباع لدوافعه المكبوتة مع تفادى القلق المرتبط بهذه الدوافع . وليس من الضرورى أن يكون التخيل مرضيا فى كل الحالات ، فان معظم الناس يلجأ الى أحلام اليقظة من آن لآخر ، ولكن الاستغراق فى أحلام اليقظة قد يصل بالشخص أحيانا الى الحد الذى يعوق حسن توافقه بشكل واقعى .

## ٣ — النكوص ( Regression ) :

هو حل آخر من حلول الصراع ، حيث يلجأ الشخص الى عادة سلوكية قديمة كان يجد اشباعا عن طريقها فى الماضى ، وهذا ما يسمى « بالنكوص » . ويعتبر النكوص أسلوبا انسحابيا لأن الشخص يتقهقر الى مرحلة سابقة من مراحل النمو ليواجه صراعه ، بدلا من أن يواجه ذلك الصراع بطريقة مباشرة .

ويظهر النكوص بشكل واضح عند الأطفال فى مراحل النمو المختلفة المبكرة . فالأطفال — دون استثناء تقريبا — قد تعتبرهم حالات نكوص فى سن الثانية أو الثالثة اذا ما ولد طفل جديد فى الأسرة يستحوذ على اهتمام الأبوين ، ففرى الطفل قد يجبو أو يمص أصابعه كما كان يفعل من قبل . ومن أمثلة النكوص عند الكبار « الحنين الى الوطن » ( Home - Sickness ) الذى يشعر به من يغادرون أوطانهم للدراسة بالخارج ويشعرون بانعدام الأمن فى البيئة الجديدة .

### ثالثا — الأساليب الاستعطافية :

تقع هذه الأساليب ضمن الأساليب السلوكية التي يطلق عليها حاليا اسم « العصاب » ( Neurosis ) • وأساليب السلوك العصابى ليست متشابهة ، بل تختلف الى حد ما فى أعراضها ، ولذا فقد جرت العادة على أن تحدد هذه الأساليب باعطائها مسميات مختلفة تسهيا لعملية الوصف • ومن الأساليب الاستعطافية الهستيريا ، والأفكار المتسلطة/الوسواس ، والقهر ، والمخاوف المرضية •

#### ١ — الهستيريا ( Hysteria ) :

يطلق اسم « الهستيريا » على مجموعة من الأعراض التي توصف بأنها تعطل أو خلل يلحق بأحد الأعضاء الجسمية أو بأحد الوظائف الجسمية أو العقلية مما يترتب عليه تخلى الفرد عن مسؤولياته بطريقة مقبولة اجتماعيا •• مثال ذلك القيء أو الغثيان الذى يصيب بعض الأطفال فى الصباح ويمنعهم من الذهاب الى المدرسة ، ثم يستردون عافيتهم بمجرد أن يفوت موعد ذهابهم الى المدرسة • وغالبا ما يقع الراشدون أيضا فريسة أمراض تخلصهم من مواجهة مواقف لا يرغبون فيها •• فالصداع والاضطرابات المعدية والحشوية قد تظهر فى بادئ الأمر كنتيجة للانفعالات المؤلمة ، ثم تشتد وتصبح ذات وظيفة تكيفية هامة هى تحقيقها الابتعاد عن الأماكن المثيرة للقلق أو التخلي عن المسؤوليات الاجتماعية دون أن يكون على الفرد أية مسؤولية فى هذا التخلي • ومن أعراض الهستيريا أيضا فقدان بعض الحواس أو تعطيلها عن أداء وظيفتها بصفة مؤقتة •• فهناك مثلا العمى الهستيرى أو الصمم الهستيرى أو انعدام الاحساس باللمس فى بعض المناطق الجلدية • وتنشأ الهستيريا بوجه عام كوسيلة تحقق حلا مؤقتا للصراع ، فهى أسلوب للتخلص من القلق عن طريق الهروب من المواقف المثيرة له ، كما أنها فى نفس الوقت تؤدى الى اشباع الدوافع الاجتماعية كالحاجة الى العطف والانتباه •

## ٢ — الأفكار المتسلطة/الوسواس ( Obsession ) :

الفكرة المتسلطة/الوسواس هي الفكرة أو الرغبة الملحة التي يعتبرها الشخص خاطئة أو عديمة النفع أو مضايقة له ، ولكنه في الوقت نفسه لا يستطيع التخلص منها • وليست جميع الوسواس من نوع واحد ، كما أنها لا تحقق جميعها نفس الغرض من حيث التوافق • فبعض الوسواس ليست سوى مجرد تعبير صريح عن القلق ، فقد يكون عن القلق بالكلمات ما يجعله أخف حدة مما لو ترك على حاله باعتباره خوفا من المجهول • ويمكن اعتبار بعض الوسواس قلقا منقولا الى المصدر المباشر للاحباط ، وفي هذه الحالة يكون للوسواس وظيفة توافقية هامة هي أنه يخفف من حدة القلق الشديد الناتج عن العدوان المكبوت •

## ٣ — القهر ( Compulsion ) :

القهر عبارة عن ميل لا يمكن مقاومته للقيام بعمل معين ، حتى ولو كان الشخص متأكدا من عدم فائدة هذا العمل أو غرابته • ويشعر الشخص الذي يلزمه القهر عادة بالتوتر والقلق اذا لم يقوم بذلك الفعل القهري ، ويأخذ القلق في التزايد حتى يتخلص منه الفرد بانجاز ذلك العمل أو الفعل • وترتبط الأفعال القهرية ارتباطا وثيقا بالوسواس ، والفرق بينهما هو أن الوسواس تتعلق بالأفكار في حين أن الأفعال القهرية تتعلق بالسلوك الحركي •

ومن الأمثلة الشائعة للأفعال القهرية المبالغة في غسل اليدين ، وهو عرض قهري شائع • ويرجع ذلك الى أن معظم الأعمال أو الأفعال التي تؤديها تكون عن طريق اليدين ، ولذا كان من السهل انتقال الشعور بالذنب أو الاثم الى اليدين بالذات ، ومن هنا تنشأ المبالغة في غسل اليدين كاستجابة لدافع معين للقيام بشيء يتعلق بهاتين اليدين المذنبتين •

#### ٤ — المخاوف المرضية/الفوبيا ( Phobia ) :

« الفوبيا » عبارة عن خوف يبدو سخيفا غير معقول ولا يمكن تعليله فى ذات الوقت • أما المواقف أو الأشياء التى تثير هذا الخوف الشديد فهى غير محدودة •• فبعض الناس يخاف الفئران أو الحشرات غير الضارة أو بعض الحيوانات الأليفة ، والبعض الآخر يخاف الظلام أو الأماكن المرتفعة أو المغلقة أو المزدحمة أو الماء الجارى وما أشبه • وتتراوح درجة الخوف فى حالة الفوبيا من مجرد الشعور بعدم الارتياح أو الذعر الشديد عند التعرض للمثير • وتتدخل هذه المخاوف فى عملية التوافق ، فتعطل التوافق أو تفسده تبعا لدرجة شدتها • والحالات البسيطة للفوبيا منتشرة فى معظم الأفراد •

وتنشأ الفوبيا من تعرض الفرد فى طفولته لموقف أثار عنده خوفا شديدا • ولا يستطيع الفرد الذى يعانى الخوف الشديد أن يتذكر الخبرة التى أثارت عنده ذلك الخوف ، أى أن الخبرة قد كبتت • وقد تكون الظروف التى تحيط بالموقف المسبب للخوف أيضا مثيرة للخجل أو الذنب أو القلق عند الطفل الذى تعجز امكاناته عن التغلب على مثل هذه المشاعر بسهولة • ويؤدى القلق أو الذنب أو الخجل المحيط بالموقف الى أن يمتنع الطفل عن التحدث عن خبرته هذه الى الآخرين ، بل انه يمتنع عن أن يتذكرها أو يفكر فيها ، أى يكبتها فى نفسه • وعندما يتذكر الفرد هذه الخبرة فى مستقبل حياته فان ذلك يؤدى عادة الى ضعف الفوبيا أو زوالها •

والمخاوف المرضية عموما استجابات تساعد الفرد على الابتعاد عن المواقف التى تثير خوفه ، فإذا ما ابتعد عن هذه المواقف انخفض توتره وحقق تواقفا مؤقتا ، أما اذا لم يحدث ذلك فان هناك كسبا ثانويا قد يحصل عليه الشخص من المحيطين به •• فالشخص الذى يعانى مخاوف مرضية يستطيع فى أغلب الأحيان أن يحصل على اهتمام الآخرين وعطفهم واستغلالهم لصالحه •



#### رابعاً — القلق المرضى/عصاب القلق (١٢) :

توضح الأساليب اللاتوافقية السابق ذكرها وسائل لاعادة التوافق المفقود بين الشخص وبيئته ، وهى تحقق خفضا للتوتر أو القلق بشكل مؤقت . وعندما يعجز الشخص عن الوصول الى حل للتغلب على الصراع الذى يعانى به ، فإنه يظل فى حالة انفعالية مؤلمة هى حالة « القلق » نفسها . وهنا يصبح القلق فى ذاته حالة مرضية ، هى حالة الشخص الذى غشل تماما فى تحقيق التوافق .

وقد يجمع الشخص القلق بين عدة مظاهر . . فنراه يشعر بنوبات حادة من الهلع أو الخوف غير محدد المصدر ، كما يشعر بالاعياء والتعب وعدم القدرة على العمل ، مع الشكوى من بعض الأعراض الجسمية الغامضة التى ليس لها أساس عضوى . وإلى جانب ذلك قد يشعر الشخص القلق بالاكئاب والهم والتشاؤم واليأس ، كما قد يشعر أيضا بالاهتمام الزائد بصحته والخوف من المرض مما يدعو الى كثرة التردد على الأطباء ليطمئن على صحته . هذا بالإضافة الى الخوف من الجنون والخوف من الموت ، وضعف القدرة على التركيز وتشتت الانتباه . وعلى الرغم من أن هذه المظاهر قد توجد منفصلة بعضها عن البعض الآخر تماما ، إلا أنها مع ذلك قد تصنف فى بعض الأحيان تصنيفات منفصلة . . فقد يوضع الشعور بالاعياء والشكاوى المرضية الغامضة تحت عنوان « النورستانيا » (١٣) . وقد يوضع الاهتمام الزائد بالصحة وشدة الحرص عليها تحت عنوان « الهيبوكوندريا » (١٤) . وقد يقصر اسم عصاب القلق على نوبات الفرع الحادة أو الهائمة بأعراضها الفسيولوجية ، كشدة ضربات القلب ، وضيق التنفس ، وزيادة العرق . وقد يصنف المظهر النفسى المتعلق بالهم والشعور بالاكئاب تحت عنوان « الاكئاب العصابى » (١٥) . وأخيرا فإن ما يترتب على

---

(١٢) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ٢٦٠ — ٢٧٤ .

Neurosthenia (١٣)

Hypochondriasis (١٤)

Psychoneurotic Depression (١٥)

الحالة الانفعالية المؤلمة المستمرة من تلف أو تغير عضوى ، كقرحة المعدة أو الحساسية الجلدية وغيرها ، قد يصنف تحت ما يسمى « بالاضطرابات السيكوسوماتية/الاضطرابات الجسمية النفسية » (١٦) .

وان أى محاولة لفصل هذه الأمراض العصابية عن بعضها البعض فصلا محددًا على النحو الذى ذكرناه يعتبر تعسفا لا يتفق مع الحقائق الاكلينيكية . فالملاحظ أن حالات عصاب القلق غالبا ما تكون مصحوبة بالشعور بالاعياء والشكاوى المرضية الغامضة ، وكثيرا ما تصاحبها أعراض حشوية من نوع الاضطرابات الجسمية النفسية ، وهكذا . ولذلك فإن القلق يعالج هو وآثاره باعتبارها مجموعة موحدة من الأعراض التى تجمع بينها صفة واحدة ، الى جانب تلازمها فى الظهور ، تلك هى صفة سوء التكيف أو سوء التوافق فى نوع الاستجابات ، حيث انها تعبر عن شدة الانفعال أو وحدة التوتر ، ولا تؤدى الى خفض التوتر — ولو مؤقتا — كبقية الوسائل الدفاعية الأخرى .

\*\*\*

### مظاهر سوء التوافق فى القرآن

#### أولا — الصراع النفسى :

تتضمن الشخصية الانسانية صفات الحيوان المتمثلة فى الحاجات البدنية التى يجب اشباعها من أجل حفظ الذات وبقاء النوع ، كما تتضمن أيضا صفات معنوية سامية تتمثل فى التشوق الروحى الى الايمان بالله سبحانه وتعالى وعبادته وتسبيحه . وقد يحدث بين هذين الجانبين من شخصية الانسان صراع ، فتجذبه أحيانا حاجاته وشهواته البدنية ، وتجذبه أحيانا أخرى حاجاته المعنوية وأشواقه الروحانية ، ويشعر الانسان بالصراع فى نفسه بين هذين الجانبين من شخصيته . ويشير القرآن الكريم الى حالة الصراع فى نفسه بين هذين الجانبين المادى والروحى ، وذلك بقوله :

« فأما من طغى • وآثر الحياة الدنيا • فإن الجحيم هي المأوى •  
وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى • فإن الجنة هي  
المأوى » • ( النازعات : ٣٧ — ٤١ )

ويشير القرآن الكريم أيضا الى هذا الصراع النفسى بين الجانبين  
المادى والروحى فى الانسان فى وصفه لخروج قارون على قومه فى  
زينته مما جعل بعض الناس يتمنون أن يكون لهم ما لقارون من ثروة ،  
فيرد عليهم البعض الآخر بأن ما عند الله خير وأبقى •

« فخرج على قومه فى زينته ، قال الذين يريدون الحياة الدنيا  
يا ليت لنا مثل ما أوتي قارون انه لنوح حظ عظيم • وقال الذين أوتوا  
العلم ويلكم ثواب الله خير لمن آمن وعمل صالحا ولا يلقاها  
إلا الصابرون » • ( القصص : ٧٩ — ٨٠ )

ولعل مشيئة الله سبحانه وتعالى قد اقتضت أن يعانى الانسان  
— من بين ما يعانى من مشاق الحياة — هذا الصراع النفسى بين مطالبه  
البدنية ومطالبه الروحية ، فقال تعالى : « لقد خلقنا الانسان فى  
كبد » • ( البلد : ٤ )

ولعل مشيئة الله تعالى قد اقتضت أيضا أن يكون أسلوب الانسان  
فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى للانسان فى هذه الحياة ••  
فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين المادى والروحى فى شخصيته ،  
وأن يحقق بينهما أكبر قدر مستطاع من التوازن ، فقد نجح فى هذا  
الاختبار ، واستحق أن يثاب على ذلك بالسعادة فى الدنيا والآخرة •  
وأما من انساق وراء شهواته البدنية وأغفل المطالب الروحية فقد فشل  
فى هذا الاختبار ، واستحق أن يجازى على ذلك بالشقاء فى الدنيا  
والآخرة • قال تعالى :

● « يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر  
الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون » • ( المانشقون : ٩ )  
● « الذى خلق الموت والحياة ليبلوكم أيكم أحسن عملا » •  
( الملك : ٢ )

● « فذكر ان نعت الذكرى • سينكر من يخشى • ويتجنبها  
الانسى • الذى يصلى النار الكبرى • ثم لا يموت فيها ولا يحيا •  
قد افلح من تزكى • ونكر اسم ربه فصلى • بل تؤثر الحياة  
الدنيا • والآخرة خير وأبقى » • (الأعلى : ٩ - ١٧ )

ولقد شاءت حكمة الخالق سبحانه أن يمد الانسان بجميع  
الامكانيات اللازمة لحل هذا الصراع ، بأن وهبه العقل ليميز به بين  
الخير والشر ، وبين الحق والباطل • كما أمدّه سبحانه بحرية الارادة  
ليستطيع أن يبت فى أمر هذا الصراع ، وأن يختار الطريق الذى يريده  
لحل هذا الصراع • فقال تعالى :

● « وهديناه النجيين » • ( البلد : ١٠ )

● « انا هديناه السبيل اما شاكرًا واما كفورًا » •

( الانسان : ٣ )

● « ونفس وما سواها • فآلهمها فجورها وتقواها • قد افلح من  
زكاها • وقد خاب من دساها » • ( الشمس : ٧ - ١٠ )

● « قد جاءكم بصائر من ربكم ، فمن أبصر فلنفسه ، ومن عمى  
فعلينا » • ( الأنعام : ١٠٤ )

● « من عمل صالحا فلنفسه ومن أساء فعليها ، وما ربك بظلام  
للعبيد » • ( فصلت : ٤٦ )

● « كل نفس بما كسبت رهينة » • ( المدثر : ٣٨ )

وحينما يختار الانسان المذات الدنيوية ، وينساق وراء أهوائه  
وشهواته ، وينسى ربه واليوم الآخر ، انما يصبح فى معيشته أشبه  
بالحيوان ، بل أضل ، لأنه لم يستخدم عقله الذى ميزه الله تعالى به  
على الحيوان • قال تعالى :

● « أرايت من اتخذ الهه هواه أفانت تكون عليه وكيلا • أم تحسب  
أن أكثرهم يسمعون أو يعقلون ، ان هم الا كالأنعام ، بل هم أضل  
سبيلا » • ( الفرقان : ٤٣ - ٤٤ )



والانسان الذى يعيش هذا النوع من المعيشة يكون غير ناضج الشخصية ولا يهتم الا اشباع حاجاته ورغباته ، ولم تقو ارادته بعد ، ولم يتعلم كيف يتحكم فى أهوائه ، وشهواته ، فيصبح خاضعا لتوجيه « نفسه الأمارة بالسوء » • قال تعالى :

● « وما أبرئ نفسي ، ان النفس لأمارة بالسوء الا ما رحم ربي ، ان ربي غفور رحيم » • ( يوسف : ٥٣ )

وحينما يبلغ الانسان مرتبة أعلى من النضوج والكمال ، يبدأ ضميره فى الاستيقاظ ، فيأخذ يشعر بالاستنكار من ضعف ارادته ومن إقياده لأهوائه وشهواته ، مما يوقعه فى الخطيئة والمعصية ، فيشعر بالذنب ، ويلوم نفسه على ما فرط منها ، ويتجه الى الله تعالى تائبا مستغفرا ، ويصبح فى هذه الحالة تحت تأثير « النفس اللوامة » • قال تعالى :

● « لا أقسم بيوم القيامة • ولا أقسم بالنفس اللوامة » •

( القيامة : ١ — ٢ )

واذا أخلص الانسان بعد ذلك فى توبته ، وفى تقربه الى الله تعالى بالعبادات والأعمال الصالحة ، وتحكم تحكما تاما فى أهوائه وشهواته وقام بتوجيهها الى تحقيق الاشباع بالطريقة التى حددتها الشريعة الاسلامية ، فحقق بذلك التوازن التام بين مطالبه البدنية ومطالبه الروحية . فانه يصل الى أعلى مرتبة من النضوج والكمال الانسانى • وهذه المرتبة هى التى تكون فيها نفس الانسان فى حالة اطمئنان وسكينة ، وينطبق عليها وصف « النفس المطمئنة » ، التى نزل فيها قوله تعالى :

● « يا أيها النفس المطمئنة • ارجعى الى ربك راضية مرضية • فادخلى فى عبادى • وادخلى جنتى » • ( الفجر : ٢٧ — ٣٠ )

ويمكن أن نتصور المفاهيم الثلاثة للنفس وهى : « النفس الأمارة بالسوء » ، و « النفس اللوامة » و « النفس المطمئنة » ، على أنها حالات تتصف بها شخصية الانسان فى مستويات مختلفة من النضج التى تمر بها أثناء صراعها الداخلى بين الجانبين المادى والروحى من طبيعة تكوينها • • فحينما تكون شخصية الانسان فى أدنى مستوياتها

بحيث تسيطر عليها الأهواء والشهوات والملذات البدنية والدنيوية ،  
فانها تكون فى حالة « النفس الأمارة بالسوء » • وحينما تبلغ الشخصية  
أعلى مستويات النضج والكمال الانسانى ، حيث يحدث التوازن القائم  
بين المطالب البدنية والروحية ، فانها تصبح فى حالة « النفس المطمئنة »  
وبين هذين المستويين مستوى آخر متوسط بينهما يحاسب فيه الانسان  
نفسه على ما يرتكب من أخطاء ، ويسعى جاهدا للامتناع عن ارتكاب  
ما يغضب الله ويسبب له تأنيب الضمير ، وتطلق على الشخصية فى  
هذا المستوى « النفس اللوامة » •

وتجدر الإشارة هنا الى أنه بعد نزول القرآن بنحو أربعة عشر  
قرنا من الزمان ، جاءت « مدرسة التحليل النفسى » بنظرية فى  
الشخصية ميزت فيها ثلاثة أقسام للنفس تحمل بعض أوجه التشبه  
بمفاهيم النفس الأمارة بالسوء ، والنفس اللوامة ، والنفس المطمئنة  
الواردة فى القرآن الكريم • فتذهب مدرسة التحليل النفسى الى أن  
للنفس ثلاثة أقسام هى : « الهو » <sup>(١٧)</sup> ، و « الأنا » <sup>(١٨)</sup> ، و « الأنا  
الأعلى » <sup>(١٩)</sup> • و « الهو » ، فى رأى مدرسة التحليل النفسى ، هو  
ذلك الجزء من النفس الذى يحوى الغرائز المنبعثة من البدن ، فهو  
يطيع « مبدأ اللذة » ويستهدف دائما الاشباع دون مراعاة للأخلاق  
أو القيم أو المنطق • « فالهو » ، بهذا المعنى ، يشبه مفهوم « النفس  
الأمارة بالسوء » •

و « الأنا الأعلى » هو ذلك الجزء من النفس الذى يتكون من  
التعاليم التى يتلقاها الفرد من والديه ومعلميه ومن قيم ثقافته التى  
نشأ فيها • ويصبح « الأنا الأعلى » قوة نفسية داخلية تحاسب الفرد  
وتراقبه وتتنقده وتهدهد بالعقاب ، وهو ما يعرف عادة بالضمير • وترى  
مدرسة التحليل النفسى أن « الأنا الأعلى » يمثل كل الجوانب السامية  
فى الطبيعة الانسانية ، وبهذا المعنى فانه يشبه الى حد ما مفهوم  
« النفس اللوامة » •

و « الأنا » هو ذلك الجزء من النفس الذى يقبض على زمام الرغبات الغريزية المنبعثة من « الهو » ويسيطر عليها ، فيسمح بأشباع ما يشاء منها ، ويؤجل ما يرى تأجيله ، ويكبت ما يرى ضرورة كبته مراعى « مبدأ الواقع » أو العالم الخارجى ، بما يتضمنه ذلك من قوانين وقيم وأخلاق وتعاليم دينية • ويقوم « الأنا » ، فى رأى مدرسة التحليل النفسى ، بالتوفيق بين « الهو » ، و « الواقع » أو العالم الخارجى ، و « الأنا الأعلى » ، بحيث يسمح بأشباع رغباته الغريزية فى الحدود التى يسمح بها الواقع ، ويحد من تطرف « الأنا الأعلى » بحيث لا يجعله يسرف فى النقد والتهديد بالعقاب دون مبرر • وإذا نجح « الأنا » فى وظيفته التوفيقية أمكن أن يتحقق للإنسان الاتزان والسواء ، وهنا نجد شبهة بين ما يحققه « الأنا » فى وظيفته من اتزان وسعادة وبين حالة « النفس مطمئنة » (٢٠) .

\* \* \*

#### ثانياً — الحيل العقلية :

سبق أن ذكرنا أن الحيل العقلية عبارة عن سلوك دفاعى يلجأ اليه الإنسان لوقاية نفسه من الشعور بالقلق الذى يمكن أن ينتابه إذا ما عرفت دوافعه الحقيقية الكامنة فى نفسه ، والتى يحاول إخفاءها بالالتجاء الى الحيل العقلية •

ولقد كانت شخصية « المنافقين » تتميز بالشك والتردد ، وضعف الثقة بالنفس ، والخوف من أن يفصح أمرهم ، والرغبة من أن يعرفهم المسلمون فيبيطشون بهم • وقد دفعتهم طبيعة شخصيتهم هذه الى كثرة الالتجاء الى الحيل العقلية كسلوك دفاعى • وقد أشار القرآن الى ثلاثة أنواع من الحيل العقلية كان المنافقون يقومون بها هى : الاسقاط ، والتبرير ، وتكوين رد الفعل (٢١) •

---

(٢٠) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس ، القاهرة ، دار الشروق

١٩٨٢ ، ص ٢٠٣ — ٢١٠ .

(٢١) المرجع السابق ، ص ٢٢٢ — ٢٢٤ .

## ١ — الاسقاط :

الاسقاط حيلة عقلية يقوم فيها الفرد باسقاط مشاعره ودوافعه وأخطائه وعيوبه على الغير ، فيدركها فيهم بدلا من أن يدركها في نفسه . وكان المنافقون يضمرون العداء للمسلمين ، ويخفون حقدهم عليهم وكراهيتهم لهم ، وكانوا يسقطون شعورهم العدائى على المسلمين فيظنون أن المسلمين يريدون البطش بهم . وقد صور القرآن الكريم ذلك أصدق تصوير فى وصف المنافقين الذين كانوا يحسبون كل صيحة يسمعونها تصدر عن المسلمين ضدهم .

● « واذا رأيتهم تعجبك أجسامهم ، وان يقولوا تسمع لقولهم ، كأنهم خشب مسندة ، يحسبون كل صيحة عليهم ، هم العدو فاحذرهم ، قاتلهم الله ، أنى يؤفكون » . ( المنافقون : ٤ )

ان كل صيحة يسمعونها يظنون أنها عليهم ، ويظنون أن المسلمين يريدون أن يبطشوا بهم ، وذلك نتيجة لما يضمرونه من شعور عدائى نحو المسلمين ، فيقومون باسقاط هذا الشعور العدائى عليهم .

## ٢ — التبرير :

هو حيلة عقلية دفاعية يحاول بها الشخص تبرير دوافعه وأفعاله غير المقبولة بأن يعطى لها تفسيراً مقبولا . وقد كان الكافرون والمنافقون يلجأون الى التبرير فى كثير من الأحيان لتفسير سلوكهم تفسيراً يبدو مقبولا . فاذا أفسدوا فى الأرض قالوا انما هم يقصدون الإصلاح ، وهم بذلك انما يقومون بتبرير أفعالهم تبريرات تبدو مقبولة ومعقولة . وقد وصف القرآن التبرير الذى يقوم به المنافقون بقوله :

● « واذا قيل لهم لا تفسدوا فى الأرض قالوا انما نحن مصلحون . ألا انهم هم المفسدون ولكن لا يشعرون » .

( البقرة : ١١ — ١٢ )

وحينما يقوم الانسان بالتبرير فهو لا يكون مدركا بأنه يقوم بعملية تبرير ، بل انه يعتقد فعلا أن ما يقوم به من أعمال سيئة انما



هى أعمال حسنة ومفيدة ، أو أنه يقصد منها الخير والاصلاح • ويشير القرآن الى هذه الناحية اللاشعورية بقوله فى الآية السابقة « **ألا انهم هم المفسدون ولكن لا يشعرون** » • فالقول « **ولكن لا يشعرون** » انما يشير الى عدم وعيهم بأن ما يفعلونه انما هو افساد وليس اصلاحا •

### ٣ — تكوين رد الفعل :

ان تكوين رد الفعل حيلة دفاعية يتخذ فيها الفرد سلوكا يكون مضادا لسلوك آخر يريد اخفائه • فالفرد ، مثلا ، قد يبدى كثيرا من المجاملة والأدب والاهتمام فى معاملة شخص معين كوسيلة دفاعية يخفى بها كراهيته له وشعوره العدائى نحوه • وقد كان المنافقون يلجأون الى هذه الحيلة العقلية الدفاعية لاختفاء حقيقة شعورهم بالكراهية والعداء للمسلمين •• فكانوا يحسنون الكلام معهم ، ويظهرون حبهم واعجابهم وتقديرهم لهم بقصد اخفاء ما تضره نفوسهم من كراهية وعداء • قال تعالى :

● « **ومن الناس من يعجبك قوله فى الحياة الدنيا ويشهد الله على ما فى قلبه وهو ألد الخصام** • **واذا تولى سعى فى الأرض ليفسد فيها ويهلك الحرث والنسل ، والله لا يحب الفساد** » •  
( البقرة : ٢٠٤ — ٢٠٥ )

\*\*\*

### ● الخلاصة :

يتلخص ما سبق مناقشته فى هذا الفصل فى النقاط الآتية :  
١ — يشير مفهوم « **التوافق** » الى أن الكائن الحى يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الذى يعيش فيه من أجل البقاء • وهناك ثلاثة أبعاد للتوافق : التوافق الشخصى ، والتوافق الاجتماعى ، والتوافق المهنى • ويعنى التوافق الشخصى أن يكون الانسان راضيا عن نفسه ، وأن تخلو حياته النفسية من الصراعات النفسية والتوترات التى تقترن بمشاعر الذنب والقلق والنقص • وهناك عوامل تتوسط

بين الظروف الاجتماعية التي يمر بها الفرد والانحرافات النفسية ،  
وهذه العوامل هي : الاحباط ، والصراع ، والقلق ، والكبت •

٢ - الانسان يعيش فى مجتمع ، وتحدث فى اطار المجتمع عمليات  
من التفاعل فيما بين الأفراد والجماعات والمجتمع • ويربط بين الأفراد  
نمط ثقافى معين ، كما أنهم يتصرفون وفقا لمجموعة من النظم والعادات  
والقيم والمبادئ التى يخضعون لها • وهذا ما يعرف باسم « عملية  
التطبيع الاجتماعى » ، التى تتم فى نطاق الأبعاد الآتية : الالتزام  
بأخلاقيات المجتمع ، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعى ، والتفاعل  
الاجتماعى ، والتفاعل العائلى ، والتفاعل الاجتماعى والجو المدرسى •

٣ - التوافق المهنى هو توافق الفرد لدنيا عمله • • فهو يشمل  
توافق الفرد لمختلف العوامل البيئية المحيطة به فى العمل والتغيرات  
التي تطرأ عليها ، وتوافقه لخصائصه الذاتية ، ومع المشرف عليه ومع  
زملائه ، ومع مطالب العمل ، ومع ظروف العمل المتغيرة ، ومع قدراته  
وميوله وشخصيته •

٤ - تصنف أساليب التوافق غير السوى الى :

(١) « أساليب هجومية » وهى التى تتخذ شكلا مضادا للمجتمع  
مثل : التعويض الزائد ، والتبرير ، والاسقاط والتقمص ، والنقل •  
(٢) « أساليب انسجامية » وهى تتضمن الهروب أو الانسحاب من  
المواقف التى تثير الصراع ، مثل : الانعزال الانطوائى ، والتخيل  
واحلام اليقظة ، والنكوص •

(٣) « الأساليب الاستعطافية » وهى تتضمن جميع الوسائل التى  
يظهر فيها الخوف أو المرض بشكل واضح ، مثل : الهستيريا ، والأفكار  
المقتسطة/ الوسواس ، والقهر ، والمخاوف المرضية •

(٤) « القلق المرضى » / عصاب القلق •

٥ - تتضح مظاهر سوء التوافق فى القرآن بالنسبة للصراع  
النفسى ، والحيل العقلية الدفاعية كالاسقاط ، والتبرير ، وتكوين رد  
الفعل •

## الفصل الخامس

# التَّوجُّيه والإرشاد وَالْعِلَاجُ النَّفْسِيُّ لِلْحَقِيقِ التَّوَافِقِ

### ● مقدمة :

تستهدف الخدمات النفسية خدمة الفرد عن طريق تطبيق المبادئ والقوانين النفسية والانسانية فى المجالات المختلفة • وتقوم هذه الخدمات على أساس مساعدة الفرد وخدمته فى الأسرة أو المدرسة أو المجتمع أو فى أى مجال آخر • وقد تكون الخدمة النفسية توجيهها تربويا يستهدف تحقيق تكيف الطالب وتوافقه فى دراسته ، وقد تكون توجيهها مهنيا يقصد توافقه فى عمله ، وقد تكون ارشادا نفسيا يرمى الى تقبل الفرد لذاته وتوافقه مع الآخرين ومع بيئته ، وقد تكون الخدمة فى مجالات أخرى •

وترمى الخدمات النفسية الى المحافظة على كيان الفرد أو المجتمع سليما قويا ناميا • وتتجه هذه الخدمات الى الأفراد ، كما تتجه الى الجماعات ، وإلى المجتمع بأكمله • • وهى حين تتجه الى الفرد انما تحاول أن تحافظ على كيانه وذاته وشخصيته ، كما تعمل على أن تهيب له الظروف التى تؤدى الى نموه ونضجه وتوافقه فى المجالات المختلفة — الأسرة والدراسة والعمل والعلاقات الاجتماعية • وقد تركز على ناحية معينة كما فى التوجيه التربوى والمهنى ، كما قد تركز على توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين كما فى الارشاد النفسى • وتستهدف جميع هذه الخدمات نمو الفرد فى مجالات الحياة المختلفة — الدراسية

والمهنية والأسرية والاجتماعية — الى أقصى حد ممكن ، كما تعمل على تهيئة الظروف التى تؤدى بالفرد الى اكتساب أساليب سلوكية من شأنها أن تحقق له الرضا والاشباع والسعادة .

وقد تتجه الخدمات النفسية الى الجماعات حين تستهدف تماسك الجماعة وإزالة أسباب التوتر والصراع بين أفرادها • فالتوجيه الجمعى فى مجالات التربية والتعليم والعمل والعلاقات الاجتماعية يرمى الى توجيه الجماعات الى أقصى ما تستطيع أن تحققه من نمو ، من حيث تنمية العلاقات القائمة بين أفرادها وإزالة أسباب القلق ومعوقات الانتاج وتحقيق التوافق والرضا والاشباع • وهى تستهدف توجيه الطلاب نحو الدراسة والحياة المهنية والاجتماعية الملائمة ، وتوجيه العاملين وأصحاب العمل نحو تحقيق الاشباع المهنى والعمل على زيادة الانتاج وتحسين مستواه والتقليل من تكاليفه ، وكذلك الخدمات النفسية العسكرية التى تقوم على خدمة المجهود الحربى عن طريق انتقاء المجندين وتوزيعهم على الأسلحة المختلفة التى تتفق مع قدراتهم وخبراتهم ثم رفع معنوياتهم وعلاج حالات الاضطراب النفسى أو سوء التوافق ، هذا بالإضافة الى الحرب النفسية الوقائية والهجومية والدفاعية .

\* \* \*

### ● الحاجة الى الخدمات النفسية :

ظهرت الحاجة الى الخدمات النفسية بصورة واضحة نتيجة للتطور الذى تناول المجتمع فأدى الى اختلاف الظروف التى يعيش فيها الفرد وتعقد النظم الاجتماعية التى يخضع لها ونمو عمليات التنشئة الاجتماعية التى يمر بها حتى يصبح عضوا نافعا فى الجماعة التى ينتمى اليها • وقد صاحب هذا بالضرورة تعدد الالتزامات والمطالب المفروضة على الفرد ، وتعدد أساليب اشباعها ، ثم تعقد وسائل التوافق التى يجب على الفرد أن يتعلمها ويتبعها •• وسنشير الى بعض نواحي التطور التى طرأت على الأسرة والعمل والحياة الاجتماعية بصورة عامة •



## ١ — التغيرات التى طرأت على الأسرة :

ليس من الميسور حصر التغيرات التى طرأت على الأسرة على مر العصور ، فمن الملاحظ أن هذا التغير قد تناول تكوين ووظائف أفرادها وعلاقاتهم بعضهم ببعض الآخر . فلقد كانت الأسرة كبيرة تشمل الأبوين والأبناء والأحفاد وغيرهم . وكان رب الأسرة ، بمساعدة أعضائها ، يقدم للأسرة احتياجاتها ، وكانت تربية الأطفال وتوجيههم من النواحي التعليمية والمهنية والدينية والاجتماعية تقع على عاتق أفراد الأسرة أو عاتق أفراد يتصلون بالأسرة اتصالاً وثيقاً . وكانت أهداف التربية فى إطار الأسرة محدودة ، كما كان مجال الاختيار بالنسبة للطفل ضيقاً ، هذا بالإضافة الى أن قيم المجتمع كانت من البساطة والوضوح النسبى بحيث كان على الطفل أن يتبع أنماطاً معينة من السلوك لا يكاد يحيد عنها .

وكان من تأثير التطور الذى طرأ على الأسرة أن يؤدى الى ابعاد أحد الأبوين أو كليهما — فى كثير من الأحيان — عن المنزل والأطفال . ولهذا نشأت الحاجة الى أن تقوم المدرسة أو غيرها من المؤسسات الاجتماعية بتوجيه الأطفال وارشادهم فى مجالات الدراسة والسلوك الشخصى والاجتماعى . هذا بالإضافة الى أن الفروق التى تنشأ بين امكانات بعض الأسر من النواحي المادية والصحية والثقافية والاجتماعية ومطالب المجتمع الخارجى تؤدى الى مضاعفة عبء المدرسة وغيرها من المؤسسات الاجتماعية ، حتى لا ينشأ عن هذه الفروق ما يؤدى الى تخلف الأبناء أو انحرافهم أو تحديد نموهم فى المراحل المختلفة .

ولما كانت المدرسة بحكم امكاناتها فى وضع استراتيجى ممتاز فانها أخذت على عاتقها كثيراً من المسئوليات التى كانت تقوم بها الأسرة ، بل انها تعدت ذلك الى أن تتولى أمر توجيه الأسرة واعدادها للقيام ببعض وظائفها على أحسن وجه . والتوجيه التربوى والمهنى والارشاد النفسى من الخدمات التى أخذت المدرسة على عاتقها أمر

القيام بها ، وهى تقوم بها عن طريق المدرسين المؤهلين والأخصائيين فى مجالات التوجيه والارشاد النفسى والتربوى والمهنى .

## ٢ - التغيرات التى طرأت على العمل :

لا شك أن التغيرات التى طرأت على الحياة المهنية تعتبر من أبعد التغيرات أثرا فى حياة الانسان .. فالانتقال من الأعمال البدائية الى الصناعة المتقدمة المتطورة ، ومن قيام الفرد بجميع مراحل الانتاج الى تخصصه فى احدى المراحل الانتاجية أو فى احدى الخطوات التى تكون مرحلة من مراحل الانتاج ، فضلا عن التطور الذى طرأ على المصنع وتنظيمه وعلاقات العمل .. كل هذا أدى الى أن تنشأ مشكلات كثيرة ينبغى مواجهتها ، حتى لا تنتشر الأمراض الجسمية أو الاجتماعية أو المهنية أو النفسية بين العاملين ، وحتى لا يقل الانتاج أو ينخفض مستواه .

ويكفى أن نشير الى تعدد مجالات العمل وتباين مطالبها وأن على الفرد أن يختار من بينها أكثرها ملاءمة له ، وأن يعد نفسه للمجال الذى اختاره وأن يتوافق معه ، هذا فضلا عن ضرورة حساب عوامل المنافسة والاحباط التى قد تعترضه نتيجة لزيادة الاقبال والتراحم على بعض المهن دون غيرها بسبب ما تدره من أرباح أو لما تسبغه من مركز اجتماعى على شاغلها . وينبغى الإشارة الى التغير السريع الذى تتناول التكوين المهنى للمجتمع ومطالبه وتأثيره على الفرد . هذا بالإضافة الى مطالب بعض المهن فى الوقت الحاضر سواء أكانت تتعلق ببعض المسئوليات التى تضعها على عاتق العاملين أو السرعة والدقة التى تتطلبها من العامل فى انجاز العمل .

## ٣ - التغيرات التى طرأت على المجتمع بصورة عامة :

طرأت على المجتمع بصورة عامة تغيرات كبيرة للتطور التكنولوجى الذى يمر به الانسان والمجتمع .. فأسلوب الحياة التى يعيشها الفرد ، والعلاقات الانسانية السائدة بين الأفراد ، والنظم التى تعيش فيها

الجماعة قد تغيرت تغيرا كبيرا • وقد نشأ عن التطور التكنولوجى السريع والتغير الثقافى والحضرى والاجتماعى — الذى يحاول أن يلاحق التطور التكنولوجى — كثير من المشكلات النفسية التى تحتاج الى دراسة وعلاج •

وان نظرة واحدة الى بعض وسائل الترفيه التجارية ، مثل الصور المتحركة ( السينما ) توضح اذ! مدى المشكلات التى تنشأ عنها نتيجة لرغبة الأحداث والشباب فى مشاهدتها ثم التأثير بها وما ينشأ عن ذلك من بعض النتائج الضارة الناجمة عن الرغبة فى محاكاة ما يشاهدونه وتقليده دون توجيه أو رقابة •

وقد أدت الحياة الحديثة كذلك الى اللقاء أعباء نفسية انفعالية أو عقلية كبيرة على الأفراد •• فقد أصبح العمل فى العصر الحديث أكثر تطلبا للمجهود النفسى والعقلى ، فى حين أن العمل فى العصور السابقة كان يقوم أساسا على المجهود الجسمى ، بينما تجد أن المجهود النفسى الانفعالى والعقلى يكلف الفرد الشئ الكثير من رضائه وسعادته (١) •

\* \* \*

### ● مفهوم التوجيه والارشاد النفسى :

« التوجيه » (٢) عملية انسانية تتضمن مجموعة من الخدمات التى تقدم للأفراد لمساعدتهم على فهم أنفسهم وإدراك المشكلات التى يعانون منها ، والانتفاع بقدراتهم وامكانياتهم ومواجهتهم فى التغلب على المشكلات التى تواجهها ، بما يؤدى الى تحقيق التوافق وبين البيئة التى يعيشون بها حتى يبلغوا أقصى ما يستطيعون الوصول اليه من نمو وتكامل فى شخصياتهم •• ويقوم التوجيه على أساس المبدأ الديمقراطى الذى ينادى بأن من حق كل فرد أن يختار الأسلوب الذى ينتهجه فى حياته ، طالما أن هذا الاختيار لا يتدخل فى حقوق الآخرين ولا يطفئ عليهم • ومن الضرورى تنمية قدرات الفرد ومعاونته على استغلالها

(١) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى

واللهى : القاهرة : الخاتجى : ١٩٧٦ ، ص ٦٠ — ٦٢ •

Guidance

(٢)

فى ادارة شئون حياته والتغلب على مشكلاته • ومن الوظائف الأساسية للتربية اتاحة الفرصة للفرد حتى ينمى قدراته ويستغلها لتحقيق التوافق للدراسة والبيئة التى يعيش فيها ، وعلى ذلك فالتوجيه جزء متكامل من التربية يتركز أساسا على هذه الوظيفة • ولا يعمل التوجيه على اختيار أى طريق يسير فيه الفرد ، بل انه يساعد الفرد على أن يقوم بالاختيار بنفسه بالطريقة التى تساعد على تنمية قدراته بحيث يستطيع أن يتخذ القرار الملائم دون مساعدة من الآخرين •

ويقوم التوجيه على أساس وجود مكان فى العالم لكل فرد ، فى المجالات التعليمية والمهنية والاجتماعية • وهو يركز الى المبدأ القائل بأنه على الرغم من تشابه البشر فى نواح شتى الا أنه يجب أن ننظر بعين الاعتبار الى الفروق الفردية التى تستلزم أن يقوم كل فرد بنشاطه فى ناحية معينة تعتبر أنسب النواحى التى تتفق مع قدراته واستعداداته وميوله وشخصيته وخبراته ، ويستهدف التوجيه خدمة الفرد ومساعدته من خلال تطبيق مبادئ الخدمة النفسية • وقد تكون هذه الخدمة توجيهيا تربويا يرمى الى تحقيق توافق الطالب فى دراسته ، وقد تكون توجيهيا مهنيا يعمل على توافقه لمهنته ، أو تكون ارشادا نفسيا يؤدي الى توافقه مع نفسه ومع غيره ومع بيئته •

ولا يعنى التوجيه اعطاء تعليمات أو توجيهات محددة للفرد ، أو املاء وجهة نظر معينة عليه ، كما لا يعنى التوجيه أن يحمل الموجه أعباء الفرد ومسئوليته ، ولكنه يستهدف تقديم العون والمساعدة • • ويقدم هذه المساعدة أخصائيون نفسانيون مؤهلون ومدرّبون الى شخص آخر فى أية مرحلة من مراحل نموه ، بحيث تمكن الفرد من تدبير شئون حياته وتعديل أفكاره وقيمه واتجاهاته ، وتساعد على اتخاذ القرارات التى تلائمه وتناسب الموقف الذى يواجهه • وقد تقدم هذه المساعدة بطريقة مباشرة أو غير مباشرة ، كما قد تقدم لفرد واحد أو لمجموعة من الأفراد •

ومعنى ذلك أن التوجيه يتصل بجميع الجوانب الشخصية للفرد ، سواء أكانت عقلية أو انفعالية أو اجتماعية ، وعلى ذلك فهو يهتم باتجاهات



الشخص وأنماطه السلوكية ، وتنشد مساعدته على تكامل أوجه نشاطه مستخدماً طاقاته الأساسية والفرص المتاحة له في بيئته • وقد تستهدف خدمات التوجيه مساعدة الفرد على تحقيق التوافق في مجال خاص من النشاط كالتكيف للمنهج الدراسي مثلاً •• فهذا التكيف يتطلب الاهتمام بعدة عوامل منها : صحة التلميذ ، وإمكانياته العقلية ، واتجاهاته نحو الدراسة بوجه عام أو نحو ميدان خاص من ميادين التعلم ، ومقدار الوقت الذي يستطيع تخصيصه للدراسة ، وخطط التلميذ للمستقبل الدراسي والمهني ، ومدى تعاون الأسرة لتحقيق الصحة النفسية للتلميذ • وهكذا نجد أن التوجيه عبارة عن مجموعة من الخدمات الفنية والمساعدات الخاصة ، من بينها أوجه النشاط التي تجعل البرنامج الدراسي أكثر فاعلية وجدوى في مقابلة حاجات التلاميذ كأفراد وجماعات • ولذلك يرسم توجيه التلاميذ مجموعة من الخطط تستهدف ما يأتي :

١ - الكشف عن الحاجات الحقيقية لدى التلاميذ والمشكلات التي يتعرضون لها •

- ٢ - استخدام المعلومات المتجمعة عن التلاميذ لتطويع التعليم وتعديله بحيث يشبع الحاجات المختلفة للتلاميذ •
- ٣ - مساعدة التلاميذ على فهم أنفسهم في مراحل النمو المختلفة ، والوصول بنمو كل تلميذ إلى مستوى أفضل •
- ٤ - إمداد التلاميذ بمجموعة من الخدمات مثل : التعريف بالبيئة المدرسية ، والمقابلة الفردية ، والإرشاد النفسي ، والتوجيه الجمعي ، والترحيل بالمعلومات في شتى المجالات ومساعدتهم على وضع الأهداف الدراسية والمهنية المستقبلية : ومعاونتهم على الالتحاق بالعمل اللائق بعد إتمام دراستهم ، ومتابعة الخريجين ، ودراسة حالات المتخلفين دراسياً •
- ٥ - تخطيط الأبحاث التي تستهدف تقويم برامج التوجيه والإرشاد النفسي (٣) •

---

(٣) سيد عبد الحميد مرسى : دور المعلم في التوجيه والإرشاد بالمدرسة الثانوية . مكة المكرمة : المؤتمر الأول لاعتماد المعلمين ، ١٣٩٤ هـ ، ص ٦ •

نخلص مما تقدم بأن التوجيه هو المساعدة التي يقدمها شخص لآخر كي يستطيع أن يختار طريقا معيناً ويتخذ قرارا خاصا يحقق له التوافق ويساعده على حل مشكلاته • ويستهدف التوجيه مساعدة الفرد على النمو والاستقلال في حياته وتنمية قدراته على تحمل مسؤولياته الشخصية والاجتماعية • وهو خدمة تشمل شتى جوانب حياة الفرد ولا تقتصر على جانب معين من حياة الفرد • وهو يتوافر في جميع مراحل الحياة ، في المنزل والمدرسة والعمل والعلاقات الاجتماعية ، ويلحق الفرد في شتى مراحل نموه من الطفولة حتى الشيخوخة • أما عن « الارشاد النفسي » <sup>(٤)</sup> ، فهو تلك العملية التي تجري بين فردين أحدهما قلق مضطرب بسبب بعض المشكلات الانفعالية التي لا يستطيع أن يتغلب عليها بمفرده ، والثاني أخصائي يستطيع بحكم اعداده المهني وخبرته الفنية السيكولوجية أن يقدم المساعدات التي تمكن الفرد من أن يصل الى حل لمشكلاته • ويركز الارشاد النفسي على المشكلات التي لم تصل بعد بالفرد الى حد الانحراف الذي يهتم به العلاج النفسي والتي تظهر في الأمراض النفسية على اختلاف أنواعها • وإذا حللنا هذا التعريف بشيء من العمق نجد أن الهدف الأول للارشاد النفسي هو مساعدة الفرد الذي يطلب المساعدة كي يتغلب على المشكلات التي تواجهه أو أن يخفف منها بقدر الامكان • وفي هذا الصدد يتفق الارشاد النفسي من حيث الهدف مع التوجيه ، غير أن الارشاد النفسي بمعنى المحدود يختلف عن التوجيه في أنه — أي الارشاد — أكثر تأكيداً للعملية التعليمية التي يجب أن يمر بها الفرد أثناء عملية الارشاد ، حيث يتم تنظيم الموقف الاستشاري بحيث يصبح موقفا تعليميا يؤدي بالفرد الى تنمية الاستبصار ، سواء أكان ذلك فيما يتعلق بدوافعه وأفكاره وقيمه أو فيما يختص بأنماط سلوكه وأساليب تعامله مع الآخرين أو مع نفسه • ويتفق الارشاد النفسي في هذه الناحية مع العلاج النفسي •

وإذا ما تساءلنا عن الفرق بين التوجيه والارشاد النفسى نجد أن الفرق بينهما طفيفة ، وأن البعض ينكر هذه الفرق ويعتبر أن الارشاد النفسى نوع من التوجيه . ومن الممكن القول ان الفرق بينهما فرق فى المجال والدرجة التى يتناول بها كل منهما الفرد . فبينما يتسع المجال فى التوجيه بحيث يشمل التوجيه التربوى والمهنى والاجتماعى والتوجيه اجمعى ، نجد أن الارشاد النفسى يقتصر على النواحي المتعلقة بحياة الفرد الانفعالية والاجتماعية ، وهى الخبرات التى يمر بها الفرد عند تفاعله مع بيئته والتى تسبب له فى بعض الأحيان قلقا واضطرابا واضحين . أما من حيث الدرجة فاننا نجد التوجيه - أثناء معالجة اتجاهات الفرد وقيمه ومشكلاته النفسية - لا يصل فى تعمقه وبحثه الى الدرجة التى يصل اليها الارشاد النفسى . ويرى البعض أن الارشاد النفسى خطوة من خطوات التوجيه التربوى أو المهنى ، ولكن الاستشارة أو الارشاد النفسى المقصود فى هذا المجال لا يتجاوز تخفيف حالات القلق والاضطراب النفسى البسيط لدى الفرد .

\* \* \*

### الأسس والمبادئ التى يقوم عليها التوجيه والارشاد النفسى

يستند التوجيه والارشاد النفسى الى مجموعة من الأسس والمبادئ والمسلمات ، تكون فى مجموعها فلسفة التوجيه والارشاد التى يجب أن يدركها المشتغلون بهذه العملية ، بحيث يمكن أن تصبح دستورا فلسفيا ونفسيا واجتماعيا وفنيا وأخلاقيا للقائمين بخدمات التوجيه والارشاد النفسى (٥) .

#### أولا - الأسس الفلسفية للتوجيه والارشاد :

١ - يستند التوجيه أساسا الى فلسفة ديمقراطية ، على أساس منح الحرية للفرد كي يستفيد من المعلومات ، ويختار من بين الفرص العديدة ، ويتخذ قراراته التى تمس حياته ومستقبله . ومعنى ذلك

---

(٥) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى . القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٨٠ - ٨٥ .

أن التوجيه لا يمنح للفرد ، وإنما ينمو ذاتيا لديه ، فهو يبدأ من الفرد والفرد وبالفرد . وهو فى ذلك لا يؤمن بفلسفة فردية متطرفة لا تضع المجتمع فى اعتبارها ، ولكنه يقدر الفرد مرتبطا بالمجتمع ، أى أن الفرد ينبغى أن يشبع حاجاته ويحقق رغباته فى حدود ما يرسمه المجتمع والثقافة التى يعيش بها .

٢ — إذا كان الهدف من التوجيه والارشاد النفسى هو أن يحقق الفرد ذاته فى مختلف المجالات ، فإن ذلك يدعو الى القول بأن عملية التوجيه ليست اكراها أو أمرا أو وعظا . وعلى ذلك يجب احترام حرية الفرد الذى يقدم له الموجه المساعدة بما يساعده على أن يتفهم حقيقة ذاته ويتعرف على امكاناته ويكشف عن مواهبه ، كما يجب العمل على احترام حق الفرد فى تحديد أهدافه ووضع الخطة التى تحققها .

٣ — يحتاج كل فرد إلى مساعدة ما لحل مشكلته المختلفة وفقا لظروف حياته ، وله الحق فى طلب هذه المساعدة عندما يعترضه موقف لا يستطيع أن يواجهه بنجاح الا اذا توافرت له هذه المساعدة . ولا بد أن يشعر الفرد أولا بحاجته الى المساعدة حتى تؤتى ثمارها ، كما لا بد أن يثق فى فعالية التوجيه وأنه يقدم له المساعدة اللازمة كي يتغلب على مشكلاته .

\*\*\*

## ثانيا — الأسس السيكولوجية لعملية التوجيه والارشاد :

تعتمد عمليات التوجيه والارشاد على مجموعة من المبادئ النفسية المشتقة من دراسة الطبيعة البشرية . ويمكن تلخيص هذه الأسس والمبادئ النفسية فى الآتى :

١ — على الرغم من تشابه البشر فى بعض النواحي ، الا أن هناك فروقا واضحة بين الأفراد سواء فى قدراتهم أو استعداداتهم أو ميولهم أو شخصياتهم ، كما يتباينون من حيث القوة الجسمية والصحة العامة .



٢ — يوجد فى داخل الفرد ذاته ألوان شتى من الاختلاف فى خصائصه الجسمية والعقلية والنفسية ، باعتبارها خصائص غير ثابتة ، وهى فى نموها لا تسير بخطى متسabee أو متوازية •• فكثيرا ما تسرع بعض الخصائص عن غيرها فى معدل النمو ، كتقدم النمو العقلى على النمو الاجتماعى مثلا ، بالإضافة الى ما يطرأ على الفرد من تغيير عند انتقاله من مرحلة نمو الى مرحلة أخرى •

٣ — تؤثر جوانب الشخصية المختلفة بعضها على البعض الآخر ، ولذلك لابد من مراعاة نمو الشخصية الانسانية نموا متكاملا ، حيث تؤثر أبعادها المختلفة فى سلوك الفرد سواء أكان ظاهرا أو كامنا •

٤ — تنشأ لدى الفرد فى كل مرحلة من مراحل نموه العضوى والنفسى كثير من الحاجات التى تتطلب الاشباع ، ولا بد أن يراعى فى اشباعها مستوى نضج الفرد والأصول الثقافية التى نشأ فيها ، وفى حدود القيم والاتجاهات السائدة فى بيئته •

٥ — تعتبر عملية التوجيه والارشاد النفسى عملية تعلم ، لأن الفرد يكتسب خلالها اتجاهات وعادات وقيم ومظاهر سلوكية جديدة ، ويغير من وجهة نظره نحو نفسه ونحو الناس والأشياء والمبادئ ، ويتعلم طرقا جديدة لمعالجة ما يواجهه من مشكلات ، ويتروذ بالمعلومات اللازمة لمواجهة الظروف التى تواجهه ، وتتاح له فرص الاختيار وتحديد الأهداف ووضع الخطط ، وتتهيا له الظروف لتطبيق ما يتعلمه وتعميمه فى كثير من المواقف الجديدة على أساس من قوانين انتقال أثر التعلم •

\*\*\*

### ثالثا — الأسس التربوية والاجتماعية لعملية التوجيه :

تقوم عملية التوجيه على عدة أسس ومبادئ تربوية واجتماعية يمكن أن نوجزها فيما يأتى :

١ — تختلف عملية التوجيه بمعناها السلوكى عن عملية التعليم بمعناها الضيق المحدود •• فبينما يهتم التعليم بالمواد الدراسية ،

نجد عملية التوجيه تهتم باشباع حاجات التلاميذ التى تنشأ فى المجالات المختلفة للحياة وفى أبعاد النمر المختلفة • ومع ذلك فإن العمليتين تكمل كل منهما الأخرى ، حيث تساعد عملية التوجيه على جعل التعليم أكثر فاعلية ، وتتبع المنهج وطريقة التدريس الى العمل على تحقيق للقوانين الفردى والاجتماعى لأفراد المجتمع المدرسى •

٢ - ان تنفيذ خدمات التوجيه من مسئولية الأخصائيين المؤهلين المدرسين والمعلمين للقيام بها • ولسنا ننكر دور جميع المتصلين بالتلميذ فى الأسرة والمدرسة والمجتمع فى تقديم التسهيلات التى تجعل برنامج التوجيه أكثر فعالية وفائدة • وهذا بدوره يتطلب تعاون الموجه مع المشرف الاجتماعى والطبيب والمدرسين ، بالإضافة الى التعاون مع الهيئات المتصلة بالمدرسة كراية الشباب والصحة المدرسية والعيادات النفسية •

٣ - لا بد من الاهتمام بالتلميذ كعضو فى جماعة • فالى جانب الاهتمام به كفرد ، نجد أن خدمات التوجيه تهتم به أيضا باعتباره يعيش فى جماعات مختلفة كالأسرة والأصدقاء والمجتمع المحلى والقومى والعالمى • وعلى ذلك لابد من تخطيط خدمات التوجيه الجمعى ، على أن يفهم الفرد دوره ومكانته فى الجماعات والمؤسسات التى ينتمى اليها • وتعتبر عملية التفاعل بين الفرد والمجتمع هذه هى المحور الأساسى لعملية التوجيه والارشاد النفسى •

٤ - لابد من مشاركة الآباء وقادة المجتمع المحلى فى عملية التوجيه ، بحيث تؤدي هذه المشاركة الى تنسيق التعاون بين المدرسة - باعتبارها المؤسسة المسئولة عن التربية الرسمية فى الدولة - وبين المؤسسات الاجتماعية الأخرى المسئولة عن تربية الطفل بطريقة غير مباشرة •

\* \* \*

**رابعا - الأسس الفنية والأخلاقية لعملية التوجيه :**

هناك بعض الأسس والمبادئ المشتقة من طبيعة عملية التوجيه

والارشاد النفسى ، ومن المجال الذى يعمل فيه الموجه أو المرشد النفسى ، وتتلخص هذه الأسس فى الآتى :

١ — يجب على الموجه أن يبحث مشكلة الفرد من جميع زواياها وأن يستخدم كل ما لديه من وسائل وامكانيات لمساعدته على حلها .

٢ — على الموجه أن يكون مرناً فى اتباع الوسيلة التى تتفق مع حاجات الفرد وصفاته وطبيعة المشكلات التى تواجهه ، مع مراعاة ألا يتعدى حدود اختصاصاته .

٣ — يجب على الموجه أن يحافظ على سر مهنته ، فلا يذيع أية معلومات تتعلق بعملائه الا فى اطار الاجتماعات المهنية مع الأخصائيين عندما تدعو الحاجة الى معاونتهم .

٤ — ينبغى أن يبذل الموجه كل جهده لكى يزيد من فهم العميل لنفسه وللعالم الذى يعيش فيه .

٥ — ينبغى أن يكون القرار انتهائى فى أية عملية توجيه أو ارشاد نفسى صادرا عن العميل وبناء على اختياره الحر وعلى مسئوليته . وليس معنى هذا أن يترك للعميل اتخاذ قرار ضد مصلحته ، ولكن المقصود هو أن يتدخل الموجه بالقدر المعقول حتى يبصر العميل بالأضرار التى قد يتعرض لها نتيجة لهذا القرار .

٦ — على الموجه أن يساعد العميل على تقبل ذاته كما هى على حقيقتها ، بمعنى أن يبصره بنواحي القوة ليدعمها وجوانب الضعف كى يتغلب عليها .

٧ — ينبغى أن تتغير طرق التوجيه وفقا لحاجات العميل . لذا يجب أن يكون الموجه متمكنا من الوسائل المختلفة المستخدمة فى علاج المشكلات التى تعرض عليه .

٨ — ينبغى تحويل العميل الى الأخصائيين الآخرين اذا ما تطلب الأمر ذلك ، كما فى حالة الشك فى وجود مرض نفسى أو عضوى مثلا .

ولكن الأمر - في العلاج النفسى - لم يقتصر على المحللين النفسيين ، فسرعان ما دخل المختصون فى سيكولوجية التعلم وفى علم النفس الاجتماعى وفى سيكولوجية الشخصية فى الميدان نتيجة لأوجه التشابه التى لاحظوها بين نشأة الأمراض النفسية واكتساب أساليب السلوك المختلفة ، ونتيجة لما لاحظوه من أثر الظروف الاقتصادية والاجتماعية فى نشأة الانحرافات النفسية . وقد كان من أثر ذلك أن ظهرت أساليب من العلاج تختلف عن الأساليب المعروفة لدى مدرسة التحليل النفسى اختلافا قد يكون بسيطا فى بعضها وكبيرا فى البعض الآخر . وظهرت أساليب العلاج « غير الموجه » أو « المتمركز حول



لعميل *(Client - Centered)* لـ « روجرز »<sup>(٧)</sup> وأساليب العلاج التي تعتمد على « التعلم » « ليلر » و « دولارد »<sup>(٨)</sup> .

وكان دخول الأخصائيين النفسيين في ميدان العلاج النفسي سببا في تنوع الأسس التي تقبّر على أساس الأمراض النفسية ، كما كانت أيضا سببا في اخضاع كثير من الظواهر المرضية والعلاجية لأساليب التجريب والبحث الاحصائي ولتفسير نتائجها في اطار نظريات علم النفس . وبعد أن كانت نظرية التحليل النفسي منعزلة عن علم النفس أصبحت جزءاً منه وداخلة في اطاره ومنطلقاً للنظريات المتطورة للعلاج النفسي .

ويقوم بالعلاج النفسي مؤسسات متنوعة ، قد يكون بعضها قاصرا عليه ، وبعضها يقوم به على أساس أنه إحدى وظائفها الأساسية أو الفرعية . وقد تكون هذه المؤسسات طبية في أساسها ، أو تربوية أو اجتماعية أو نفسية . فنجد أن العلاج النفسي يتم أحيانا في مؤسسات خاصة به ، وأحيانا يتم في المستشفيات العامة أو الخاصة ، وفي أحيان أخرى يجري في مؤسسات تربوية كالعيادات النفسية الملحقه بكليات التربية وبأقسام علم النفس بالجامعات ، أو في مؤسسات اجتماعية كمؤسسات تأهيل المعوقين أو مؤسسات رعاية الأحداث ومكاتب الخدمة الاجتماعية المدرسية . ويقوم بالعلاج النفسي أخصائيون نفسيانيون متخصصون في علم النفس الاكلينيكي ، أو أطباء نفسيانيون متخصصون في الطب النفسي<sup>(٩)</sup> .

« والعلاج النفسي » - كما يعرفه البعض - عبارة عن نوع من علاج المشكلات ذات الطبيعة الانفعالية الحادة ، وفيه يقوم شخص مؤهل ومدرّب بإيجاد علاقة مهنية مع المريض بقصد معاونته لازالة الأعراض النفسية الموجودة لديه أو تعديلها أو منع ظهورها ، وذلك

(٧) Rogers, C.; *Client - Centered Therapy*. Boston : Houghton - Mifflin, 1951 .

(٨) Dollard, J.; and Miller. N.; *Personality and Psychotherapy*. New York : McGraw - Hill, 1950.

(٩) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسي والتوجيه التربوي والمهني ، القاهرة : الخانجي ، ١٩٧٦ ، ص ٦٧ - ٦٨ .

لتغيير أساليب السلوك المضطربة التي يعبر بها عن مشكلاته الانفعالية والعمل على نمو شخصيته وتطورها . ويذهب البعض الآخر الى أن العلاج النفسى يتضمن جميع الأساليب التى تؤثر على المريض فتجعله يغير من تفكيره ومشاعره وسلوكه بما يتفق مع أساليب التفكير والشعور والسلوك السليمة السوية . ويرى آخرون أن العلاج النفسى هو تلك العملية التى يساعد بها المعالج النفسى مريضه على أن يتحرر من قلقه ومشاعره التى تقف حجر عثرة فى سبيل تحقيق أقصا تكيف شخصى له ، ويؤثر سدا التحرر فى سلوكه فى أهم مجالات الحياة البشرية مثل العلاقات الانسانية والاجتماعية والمهنية .

وإذا رجعنا الى تعريف « الارشاد النفسى » نجده يشترك مع العلاج النفسى فى الشئ الكثير ، الى الدرجة التى جعلت بعض الباحثين النفسيين يذهبون الى أنها ليسا سوى عملية واحدة ، الا أن البعض الآخر يذهب الى التفرقة بينهما . ويمكن أن نتصور أنهما طرفان لامتداد واحد ، وأن الفرق بينهما هو فى درجة المشكلة الانفعالية التى يعانىها الفرد ، وفى التحليل الذى يقوم به المعالج النفسى ، ومدى التغير الذى يتناول الشخصية بأكملها . ومما سبق يمكن أن نضع ثلاث عمليات على امتداد واحد هى :

التوجيه — الارشاد النفسى — العلاج النفسى .

وعلى ذلك فالتوجيه والارشاد والعلاج النفسى ليست سوى درجات فى عملية واحدة تستهدف مساعدة الفرد كى يتغلب على مشكلاته ويحقق التوافق فى حياته . وتتميز هذه العملية فى « التوجيه » بالاعتناء وبمعالجة المشكلات على مستوى سطحى نسبيا بحكم طبيعة هذه المشكلات . ويتميز « الارشاد النفسى » بأنه يتناول مشكلات أقل تنوعا — وهى مشكلات سوء التوافق — بشئ من التعمق . أما « العلاج النفسى » فإنه يتناول مشكلات الانحراف النفسى العميقة بطريقة أكثر تعمقا ، اذ يتناول التكوين الأساسى للشخصية بالتعديل والتغيير (١٠) .

\* \* \*

## ● أهداف العلاج النفسى :

الهدف الأسمى للعلاج — مهما تعددت واختلفت المدارس الفكرية التى ينتمى اليها المعالجون النفسيون — هو تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسى ، أى مساعدة الفرد على تحقيق السعادة مع نفسه ومع الآخرين ، والتوافق مع نفسه ومع بيئته واستغلال قدراته حتى يستطيع مواجهة مطالب الحياة والواقع فى سلام .

وعلى العموم فإن العلاج النفسى يسعى الى تحقيق الأهداف التالية :

— ازالة العوامل والأسباب التى أدت الى المرض ، وعلاج الأعراض .

— مواجهة المشكلات وتحويلها من مشكلات مهيمنة الى مشكلات مسيطر عليها ، وحلها .

— تعديل السلوك غير السوى ، وتعلم السلوك السوى الناضج .

— تعديل الدوافع التى تكمن وراء السلوك غير السوى .

— التخلص من المشكلات السلوكية ، وزيادة البصيرة بالنسبة لها ، وتعلم أساليب مواجهتها مستقبلا .

— التخلص من نواحي الضعف والعجز ، وتعزيز نواحي القوة وتدعيمها ، وتنمية القدرات بعد التعرف عليها .

— تغيير المفهوم السالب للذات ، والقضاء على عدم التطابق بين مستويات مفهوم الذات من مختلف جوانبها ، وتحقيق التطابق بين مستويات مفهوم الذات .

— تحقيق تقبل الذات وتقبل الآخرين ، وإقامة علاقات اجتماعية سليمة .

— تدعيم بناء الشخصية وتحقيق تكاملها .

— تحقيق التوافق الشخصى والاجتماعى والمهنى .

— تعلم أساليب أكثر فعالية لمواجهة البيئة بمطالبها المتعددة ، بصورة واقعية .

- زيادة القدرة على حل الصراع النفسى والتغلب على التوتر والاحباط والقلق .
- زيادة تقبل المسئولية الشخصية وتحملها لتقدم العلاج نحو أهدافه .
- العمل على اتمام الشفاء والحيلولة دون حدوث النكسة (١١) .



### العلاج النفسى فى القرآن

نزل القرآن الكريم أساسا هداية للناس ، ولدعوتهم الى عقيدة التوحيد ، ولتعليمهم قيما وأساليب جديدة من التفكير والحياة ، ولارشادهم الى السلوك السوى السليم الذى فيه صلاح الانسان وخير المجتمع ، ولتوجيههم الى الطرق الصحيحة لتربية النفس وتنشئتها تنشئة سليمة تؤدى بها الى بلوغ الكمال الانسانى الذى تتحقق به سعادة الانسان فى الحياة الدنيا وفى الآخرة . قال تعالى :

- « ان هذا القرآن يهدى للتي هي اقوم ويبشر المؤمنين الذين يعملون الصالحات ان لهم اجرا كبيرا » . ( الاسراء : ٩ )
- « يا ايها الناس قد جاءتكم موعظة من ربكم وشفاء لما فى الصدور وهدى ورحمة للمؤمنين » . ( يونس : ٥٧ )
- « وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين ولا يزيد الظالمين الا خسارا » . ( الاسراء : ٨٢ )
- « هذا بصائر للناس وهدى ورحمة لقوم يوقنون » . ( الجاثية : ٢٠ )

ولا شك أن فى القرآن طاقة روحية هائلة ذات تأثير بالغ الشأن فى نفس الانسان . فهو يهز وجدانه ، ويرهف أحاسيسه ومشاعره ، ويصقل روحه ، ويوقظ ادراكه وتفكيره ، ويجلى بصيرته ، فاذا بالانسان

---

(١١) خالد عبد السلام زهران : الصحة النفسية والعلاج النفسى . القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٤ ، ص ١٨٥ - ١٨٦ .



بعد أن يتعرض لتأثير القرآن يصبح انسانا جديدا ، كأنه خلق خلقا جديدا (١٢) .

\* \* \*

### ● الايمان والشعور بالأمن :

تتفق جميع مدارس العلاج النفسى على أن « القلق » هو السبب الرئيسى فى نشوء أعراض الأمراض النفسية ، ولكنها تختلف فيما بينها فى تحديد العوامل التى تسبب القلق . وتتفق هذه المدارس أيضا على أن الهدف الرئيسى للعلاج النفسى هو التخلص من القلق وبث الشعور بالأمن فى نفس الانسان . وهى تتبع لتحقيق هذا الهدف أساليب علاجية مختلفة ، ولكن هذه الأساليب لا تتجح دائما فى تحقيق الشفاء التام من الأمراض النفسية .

وتمدنا دراستنا لتاريخ الأديان ، وبخاصة الدين الاسلامى ، بأدلة عن نجاح الايمان بالله فى شفاء النفس من أمراضها ، وتحقيق الشعور بالأمن والطمأنينة ، والوقاية من الشعور بالقلق وما قد ينشأ عنه من أمراض نفسية . ومما يجدر ملاحظته أن العلاج يبدأ عادة بعد حدوث المرض النفسى ، أما الايمان بالله اذا ما بث فى النفس منذ الصغر ، فإنه يكسب الانسان مناعة ووقاية من الأمراض النفسية . وقد وصف القرآن الكريم ما يحدثه الايمان من أمن وطمأنينة فى نفس المؤمن بقوله :

● « الذين آمنوا ولم يلبسوا ايمانهم بظلم أولئك لهم الأمن وهم مهتدون » . ( الأنعام : ٨٢ )

● « الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، ألا بذكر الله تطمئن القلوب » . ( الرعد : ٢٨ )

● « ما أصاب من مصيبة إلا باذن الله ، ومن يؤمن بالله يهد قلبه ، والله بكل شىء عليم » . ( التغابن : ١١ )

---

(١٢) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس . القاهرة : دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢٣٦ - ٢٣٧ .

ان المؤمن بالله ايمانا صادقا لا يخاف شيئا فى هذه الحياة الدنيا فهو يعلم أنه لن يصيبه شر أو أذى الا بمشيئة الله تعالى ، ولا يمكن لأى انسان أو لأية قوة غى هذه الحياة أن تلحق به ضررا أو تمنع عنه خيرا الا بمشيئة الله تعالى . ولذلك فالمؤمن الصادق الايمان انسان لا يمكن أن يملكه الخوف أو القلق (١٣) . قال تعالى :

● « بلى من أسلم وجهه لله وهو محسن فله أجره عند ربه ولا خوف عليهم ولا هم يحزنون » . (البقرة : ١٢٢)

● « ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون » . (الأحقاف : ١٣)

● « ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا تتنزل عليهم الملائكة الا تخافوا ولا تحزنوا وأبشروا بالجنة التى كنتم توعدون . نحن أولياؤكم فى الحياة الدنيا وفى الآخرة ، ولكم فيها ما تشتهى أنفسكم ولكم فيها ما تدعون » . (فصلت : ٣٠ — ٣١)

\*\*\*

#### ● أسلوب القرآن فى علاج النفس (١٤) :

لكى نستطيع أن نحدث تعديلا أو تغييرا فى شخصية فرد ما وفى سلوكه ، علينا أن نقوم بتعديل أفكاره واتجاهاته أو تغييرها ، حيث ان سلوك الانسان يتأثر — بدرجة كبيرة — بأفكاره واتجاهاته . ولذلك فان العلاج النفسى يستهدف أساسا تغيير أفكار المرضى النفسيين عن أنفسهم ، وعن الآخرين ، والحياة ، والمشكلات التى تواجههم . وحينما تتغير أفكار المريض النفسى نتيجة للعلاج فانه يصبح أقدر على مواجهة مشكلاته وأقدر على حلها ، بل انه غالبا ما يرى أن مشكلاته التى كانت تقلقه فى الماضى والتى أدت الى مرضه لم تكن فى الحقيقة بالضخامة التى كان يتوهمها ، ولم يكن هناك فى الحقيقة مبرر يدعو الى قلقه الشديد بسببها .

(١٣) المرجع السابق ، ص ٢٤١ — ٢٤٣ .

(١٤) المرجع نفسه ، ص ٢٥١ — ٢٧٦ .

وعملية التعلم هي في أساسها عملية يتم فيها تعديل الأفكار والاتجاهات والعادات والسلوك وتغييرها . والعلاج النفسي هو في أساسه عملية تصبح تعلم سابق غير سليم اكتسب فيه المريض أفكارا خاطئة أو وهمية عن نفسه وعن غيره من الناس ، وعن مشكلات الحياة التي تجابهه وتسبب له القلق ، وتعلم أساليب معينة من السلوك الدفاعي التي يهرب بها من مواجهة مشكلاته ، ويخفف بها من حدة قلقه . ويحاول المعالج النفسي أن يصحح أفكار المريض ، ويجعله ينظر الى نفسه ، والى الناس ، والى مشكلاته نظرة واقعية صحيحة ، وأن يواجه مشكلاته بدلا من الهرب منها ، ويحاول حلها بدلا من الاستمرار في حالة الصراع النفسي الناشئ عن المعجز عن حل هذه المشكلات . ان هذا التغير في نظرة المريض النفسي الى ذاته ، والى الناس ، والى الحياة ، يمدّه بالقدرة على مواجهة مشكلاته وحلها ، فيتخلص بذلك من الصراع النفسي وما يسببه له من قلق . وينتج عن ذلك عادة شعور المريض بالنشاط والحيوية ينبعثان فيه من جديد ، ويبدأ يمارس حياته الطبيعية بفاعلية ، مما يجعله يشعر بمتعة الحياة ، وبالرضا النفسي ، وراحة البال ، والسعادة . قال تعالى :

● « ٠٠ ان الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم ٠٠ »

( الرعد : ١١ )

ولقد نزل القرآن الكريم لتغيير أفكار الناس واتجاهاتهم وسلوكهم ، ولهدايتهم وتغيير ما هم فيه من ضلالة وجهل ، وتوجيههم الى ما فيه صلاحهم وخيرهم ، ومدّهم بأفكار جديدة عن طبيعة الانسان ورسالته في الحياة ، وبقيم وأخلاق جديدة ، ومثل عليا للحياة . وقد نجح القرآن نجاحا عظيما في التأثير في شخصيات الناس ، وفي تغييرها تغييرا كبيرا كانت له نتائج بعيدة الأثر في وضع أسس جديدة لنظام حياة الانسان الشخصية ، ولنظام العلاقات الانسانية سواء في داخل الأسرة أو في المجتمع عامة . وباختصار ، نجح القرآن نجاحا لا نظير له بين جميع الدعوات الدينية في جميع عصور التاريخ في احداث تغييرات عظيمة الأثر في شخصيات المسلمين ، وفي المجتمع الاسلامي .

( ١٣ - الشخصية السوية )

فقد نجح القرآن الكريم فى فترة وجيزة من الزمن فى تكوين الشخصية الانسانية المتكاملة المترنة الآمنة المطمئنة ، التى استطاعت بطاقتها الجبارة التى تولدت عن هذا التغيير الذى حدث فيها ، أن تهز العالم وتغير مجرى التاريخ • وإذا ما تساءلنا : كيف استطاع القرآن معالجة نفوس العرب وأن يغير شخصياتهم ؟ هذا ما سنناقشه فيما يلى :

### أولا — الايمان بعقيدة التوحيد :

ان أول شئ أراد القرآن أن يغيره فى نفوس العرب هو العقيدة ، ولذلك فان آيات القرآن الكريم التى نزلت بمكة المكرمة فى المرحلة الأولى من الدعوة الإسلامية كانت تستهدف أساسا تأكيد عقيدة التوحيد • وكان أسلوب القرآن الفائق فى بلاغته ، واستدلالاته العقلية المقنعة فيما يعرضه من القضايا والأحكام ، وما جاء فيه من قصص وأمثال توضح المعانى وتبسطها وتقربها الى الأذهان ، وما استخدمه القرآن من أساليب الترغيب والترهيب لاثارة الدافع الى التعلم ، وتكرار بعض المعانى لتأكيدھا فى الأذهان •• كل ذلك كان له أكبر الأثر فى تقبل الناس للدين الجديد ، وفى ايمانهم بعقيدة التوحيد • ولقد كان الايمان بعقيدة التوحيد هو الخطوة الأولى فى احداث تغيير كبير فى الشخصية • فهو يولد فى الانسان طاقة روحية هائلة تغير مفهومه عن ذاته ، وعن الناس ، والحياة ، والكون بأكمله • انه يمدّه بمعنى جديد للحياة ولرسالته فيها ، ويملأ قلبه بالحب لله وللرسول وللناس من حوله وللانسانية عامة ، ويبعث الشعور بالأمن والطمأنينة •• وقد عبر القرآن عن العقيدة « بالايمان » ، قال تعالى :

● « وما خلقت الجن والانس الا ليعبدون » •

( الذاريات : ٥٦ )

● « ان الذين آمنوا وعملوا الصالحات كانت لهم جنات الفردوس

نزلا • خالدين فيها لا ينفون عنها حولا » •

( الكهف : ١٠٧ — ١٠٨ )



● « من عمل صالحا من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنجزيه حياة طيبة ، ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون » .

( النحل : ٩٧ )

● « يا أيها الناس اعبدوا ربكم الذى خلقكم والذين من قبلكم لعلكم تتقون » .

( البقرة : ٢١ )

● « وقضى ربك ألا تعبدوا الا اياه ٠٠ » ( الاسراء : ٢٣ )

● « وأن اعبدونى ، هذا صراط مستقيم » . ( يس : ٦١ )

\*\*\*

### ثانيا - التقوى :

تصاحب الايمان بالله وتتبعه تقوى الله . والتقوى هى أن يقى الانسان نفسه من غضب الله وعذابه بالابتعاد عن ارتكاب المعاصى ، والالتزام بمنهج الله تعالى الذى رسمه لنا القرآن الكريم ، وأوضحه لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم ، فنفعل ما أمرنا الله تعالى به ، وبنتعد عما نهانا عنه .

ويتضمن مفهوم التقوى تحكم الانسان فى دوافعه وانفعالاته ، وسيطرته على ميوله وأهوائه ، فيقوم باشباع دوافعه فى الحدود التى يسمح بها الشرع فقط . ويتضمن مفهوم التقوى أيضا أن يتوخى الانسان دائما فى أفعاله الحق والعدل والأمانة والصدق . وأن يعامل الناس بالحسنى ، ويتجنب العدوان والظلم . ويتضمن مفهوم التقوى كذلك أن يؤدى الانسان كل ما يوكل اليه من أعمال على أحسن وجه ، لأنه دائم التوجه الى الله تعالى فى كل ما يقوم به من أعمال ابتغاء مرضاته وثوابه . وهذا ما يدفع الانسان دائما الى تحسين ذاته ، وتنمية قدراته ومعلوماته ، ليؤدى عمله دائما على أحسن وجه . ان التقوى بهذا المعنى تصبح طاقة موجهة للانسان نحو السلوك الأفضل ، ونحو نمو الذات ورفقيها ، وتجنب السلوك السيء والمنحرف . وهذا يتطلب من الانسان مجاهدة عسه والتحكم فى أهوائه وشهواته ، فيصبح هو المسيطر عليها والموجه لها . فالتقوى ، إذن ، من العوامل الرئيسية

التي تؤدي الى نضوج الشخصية وتكاملها ، وتدفع الانسان الى الارتقاء بذاته متطلعا الى بلوغ الكمال الانساني . قال تعالى :

● « يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وآمنوا برسوله يؤتكم كفلين من رحمته ويجعل لكم نورا تمشون به ويغفر لكم ، والله غفور رحيم » .  
( الحديد : ٢٨ )

● « يا أيها الذين آمنوا ان تتقوا الله يجعل لكم فرقانا ويكفر عنكم سيئاتكم ويغفر لكم ، والله ذو الفضل العظيم » .  
( الأنفال : ٢٩ )

● « يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وقولوا قولا سديدا . يصلح لكم أعمالكم ويغفر لكم ذنوبكم ، ومن يطع الله ورسوله فقد فاز فوزا عظيما » .  
( الأحزاب : ٧٠ — ٧١ )

● « .. ومن يتق الله يجعل له من أمره يسرا » .  
( الطلاق : ٤ )

\* \* \*

### ثالثا — العبادات :

في العلاج النفسي لا يكفي لشفاء المريض أن يعرف حقيقة مشكلاته ، وأن تتغير أفكاره عنها وتتغير نظراته للحياة ، بل من الضروري أيضا أن يمر المريض النفسي بخبرات جديدة في الحياة يطبق فيها أفكاره الجديدة عن نفسه وعن الناس ، وأن يرى بنفسه كيف أن سلوكه الجديد قد حقق نجاحا في علاقاته الانسانية ، وأحدث تغييرا واضحا في سلوك الآخرين نحوه . وبهذه الممارسة الفعلية في الحياة للسلوك الجديد المنبعث من أفكاره الجديدة وما تؤدي اليه من أفكار مرضية(\*) ، يحدث التغيير الكبير في شخصية المريض ويسير بخطى سريعة نحو الشفاء .

وقد اتبع القرآن الكريم في منهجه وتربيته لشخصيات الناس وفي تغيير سلوكهم ، أسلوب الممارسة الفعلية للأفكار والعادات السلوكية الجديدة التي يريد أن يفرسها في نفوسهم . ولذلك فرض

(\*) مرضية : بضم الميم وتنكين الراء ..

الله سبحانه وتعالى العبادات المختلفة : الصلاة ، والصيام ، والزكاة ،  
والحج . ان القيام بهذه العبادات فى أوقات معينة بانتظام يعلم المؤمن  
الطاعة لله تعالى ، والامتثال لأوامره ، والتوجه الدائم اليه فى عبودية  
تامة . كما يعلمه الصبر ، وتحمل المشاق ، ومجاهدة النفس والتحكم  
فى أهوائها ، كما يعلمه حب الناس ، والاحسان اليهم ، وينمى فى  
نفسه روح التعاون والتكافل الاجتماعى . ولا شك أن قيام المؤمن  
بهذه العبادات بإخلاص وبانتظام إنما يؤدي الى اكتسابه هذه الخصال  
الحميدة التى تتميز بها الشخصية السوية الناضجة المتكاملة ، وتوفر  
له مقومات الصحة النفسية السليمة ، كما يمدّه بوقاية من الأمراض  
النفسية ، كما سيتضح لنا من مناقشتنا التالية لتأثير العبادات فى  
شخصية المسلم .

## ١ - الصلاة :

يشير اسم « الصلاة » أن فيها صلة بين الانسان وربّه • • ففي الصلاة يقف الانسان في خشوع وتضرع بين يدي الله سبحانه وتعالى خالقه وخالق الكون كله ، الذي بيده الحياة والموت ، والموزع الأرزاق بين الناس ، مما يمد الانسان بطاقة روحية تبعث فيه الشعور بالصفاء الروحي ، والاطمئنان والأمن النفسي • ففي الصلاة ، اذا ما أداها الإنسان كما ينبغي أن تؤدي ، يتوجه الفرد بكل حواسه وجوارحه الى الله تعالى ، وينصرف عن التفكير في مشكلات الحياة وهمومها • وهذا من شأنه أن يبعث في الانسان حالة من الاسترخاء التام ، وهدوء النفس وراحة العقل •

ان « الاسترخاء » من الوسائل التى يستخدمها بعض المعالجين النفسيين المحدثين فى علاج الأمراض النفسية ، خاصة القلق ، ويسمون هذا الأسلوب « بالكف المتبادل » <sup>(١٥)</sup> . أو « العلاج الاسترخائى » ، أو « العلاج بالتقليل من الحساسية الانفعالية » ، وهذا الاسترخاء عادة يمكن أن يتعلمه الانسان بالتدريب ، وتمدنا الصلاة خمس مرات

فى اليوم بأحسن نظام للتدريب على الاسترخاء وتعلمه • وإذا تعلم الانسان الاسترخاء فإنه يستطيع أن يتخلص من التوتر العصبى الذى تسببه ضغوط الحياة • ولقد كان رسول الله ﷺ يقول لبلال رضى الله عنه حينما تحين أوقات الصلاة : « أرحن بالصلاة يا بلال » • وفى الحديث : « أن رسول الله ﷺ كان إذا حزبه أمر صلى » (١٦) •

وتساعد حالة الاسترخاء والهدوء النفسى التى تحدثها الصلاة على التخلص أيضا من القلق الذى يشكو منه المرضى النفسيون • فإن حالة الاسترخاء والهدوء النفسى التى تحدثها الصلاة تستمر عادة فترة ما بعد الانتهاء من الصلاة • وقد يواجه الانسان وهو فى هذه الحالة من الاسترخاء بعض الأمور أو المواقف المثيرة للقلق ، أو قد يتذكرها • وتكرار تعرض الفرد لهذه المواقف المثيرة للقلق أو تذكره لها ، أثناء وجوده فى حالة الاسترخاء والهدوء النفسى عقب الصلوات ، انما تؤدي الى « الانطفاء » التدريجى للقلق ، والى ارتباط هذه المواقف المثيرة للقلق بحالة الاسترخاء والهدوء النفسى ، وبذلك يتخلص الفرد من القلق الذى كانت تثيره هذه المواقف •

ويقوم الانسان عقب الصلاة مباشرة بالتسبيح والدعاء الى الله تعالى ، وهذا يساعد على استمرار حالة الاسترخاء والهدوء النفسى لفترة ما عقب الصلاة • وفى الدعاء يقوم الانسان بمناجاة ربه ، ويبحث اليه ما يعانى فيه فى حياته من مشكلات تزعجه وتقلقه ، ويطلب من الخالق سبحانه أن يعينه على حل مشكلاته وقضاء حاجاته •• ان مجرد تعبير الانسان عن المشكلات التى تقلقه وهو فى هذه الحالة من الاسترخاء والهدوء النفسى يؤدي أيضا الى التخلص من القلق • وهو تكوين شرطى جديد بين هذه المشكلات وحالة الاسترخاء والهدوء النفسى ، فتفقد هذه المشكلات قدرتها على اثاره القلق تدريجيا ، وترتبط ارتباطا شرطيا بحالة الاسترخاء والهدوء النفسى ، وهى حالة معارضة للقلق •



وفضلاً عن ذلك ، فإن مجرد إفشاء الإنسان لمشكلاته وهمومه والتعبير عنها إلى شخص آخر يسبب له راحة نفسية • ومن المعروف بين المعالجين النفسيين أن تذكر المريض النفسي لمشكلاته وتحدثه عنها يؤدي إلى تخفيف حدة قلقه • وإذا كانت حالة الإنسان النفسية تتحسن إذا أفشى الإنسان ومشكلاته لصديق يرتاح إليه ، أو لمعالج نفسي ، فما بالك بمقدار التحسن الذي يمكن أن يطرأ على الإنسان إذا أفشى ومشكلاته لله سبحانه وتعالى ، وقام عقب كل صلاة بمناجاة ربه ودعائه والاستعانة به وطلب العون منه • • أضف إلى ذلك أن مجرد الدعاء إلى الله تعالى والتضرع إليه يؤدي إلى تخفيف حدة القلق من ناحية أخرى ، وذلك لأن المؤمن يعلم أن الله سبحانه وتعالى قال في كتابه الكريم :

● « وقال ربكم ادعوني أستجب لكم » • ( غافر : ٦٠ )

● « وإذا سألك عبادي عني فاني قريب ، أجيب دعوة الداع إذا دعان » • ( البقرة : ١٨٦ )

وبالإضافة إلى كل ذلك ، فإن لصلاة الجماعة أثراً علاجياً هاماً • فتردد الفرد على المسجد لصلاة الجماعة يتيح له فرصة التعرف بجيرانه وبكثير من الأفراد الآخرين ممن يسكنون نفس الحي الذي يسكنه ، مما يساعد على تفاعله مع الناس الآخرين ، وعلى تكوين علاقات اجتماعية سليمة • إن مثل هذه العلاقات الاجتماعية يساعد على نمو شخصية الفرد ، وعلى نضجه الانفعالي ، كما يشبع حاجته إلى الانتماء الاجتماعي والتقبل الاجتماعي ، مما يؤدي إلى الوقاية من القلق الذي يعانيه بعض الناس نتيجة لشعورهم بالوحدة والعزلة وعدم الانتماء إلى الجماعة ، أو شعورهم بعدم تقبل الجماعة لهم • • وتؤدي صلاة الجمعة ، بصفة خاصة ، دوراً علاجياً هاماً ، حيث يستمع فيها المصلون إلى خطبة الجمعة التي يناقش فيها الإمام عادة بعض المشكلات الاجتماعية التي يعانيها الناس • ويقوم بشرح أسبابها وطرق علاجها • وقد يتناول بعض أنواع السلوك الشاذ والمنحرف ، ويشرح أسبابها ، ويبين وسائل التغلب عليها • وتقوم صلاة الجمعة بدور وقائي ودور

علاجي .. أما دورها الوقائي فيرجع الى أنها تمتد للفرد ، اذا ما داوم على صلاة الجمعة منذ صغره ، بمعلومات دينية ، وارشادات عملية توجه سلوكه في الحياة توجيهها سليما ، وتريد من قدرته على مواجهة مشكلاته والتغلب عليها . أما دورها العلاجي فيرجع الى التأثير الذي تحدثه خطب صلاة الجمعة في زيادة استبصار الفرد لذاته وما يعانيه من مشكلات ، وفي تقوية ارادته في مواجهة مشكلاته والتغلب عليها . ان الدور الذي تقوم به صلاة الجماعة بعامة ، وصلاة الجمعة بخاصة ، في تقويم شخصيات الأفراد وعلاجها انما يشبه الى حد ما الدور الذي يقوم به العلاج النفسي الجماعي .

هذا علاوة على أن « الوضوء » استعدادا للصلاة ليس تطهيرا للجسم فقط مما علق به من أوساخ وأدران ، وانما هو أيضا تطهير للنفس من أدرانها . فالوضوء ، اذ ما تم كما ينبغي ، يشعر المؤمن بالنظافة البدنية والنفسية معا ، ويشعره أنه تطهر من أدران أخطائه وذنوبه . ان هذا الشعور بالطهارة البدنية والنفسية يهيئ الانسان للاتصال الروحي بالله سبحانه وتعالى ، والدخول في حالة الاسترخاء الجسمي والنفسي أثناء الصلاة . وفضلا عن هذا التأثير النفسي للوضوء ، فان له أيضا تأثيرا فسيولوجيا ، اذ تبين أن الاغتسال بالماء خمس مرات يوميا على فترات انما يساعد على استرخاء العضلات ، وتخفيف حدة التوتر البدني والنفسي .

ونستشهد فيما يلي ببعض آيات القرآن الكريم وأحاديث نبوية شريفة :

● « وأقيموا الصلاة وآتوا الزكاة ، وما تقدموا لأنفسكم من خير تجدوه عند الله ، ان الله بما تعملون بصير » .

( البقرة : ١١٠ )

● « وأمر أهلك بالصلاة واصطبر عليها .. » ( طه : ١٣٢ )

● « وأقيموا الصلاة وآتوا الزكاة واركعوا مع الرাকعين » .

( البقرة : ٤٣ )

● « يا أيها الذين آمنوا اذا نودى للصلاة من يوم الجمعة فاسمعوا الى ذكر الله وفروا البيع ، ذلكم خير لكم ان كنتم تعلمون » .  
( الجمعة : ٩ )

● « قد أفلح المؤمنون • الذين هم في صلاتهم خاشعون » .  
( المؤمنون : ١ - ٢ )

● « يا أيها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة ، ان الله مع الصابرين » .  
( البقرة : ١٥٣ )

● « اتل ما أوحى اليك من الكتاب وأقم الصلاة ، ان الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر ، ولذكر الله أكبر ، والله يعلم ما تصنعون » .  
( العنكبوت : ٤٥ )

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن ابن عمر رضى الله عنهما قال : قال رسول الله ﷺ :  
« بنى الاسلام على خمس : شهادة أن لا اله الا الله ، وأن محمدا رسول الله ، واقام الصلاة ، وايتاء الزكاة ، وصوم رمضان وحج البيت » .  
( متفق عليه )

— عن أبى مالك الأشعرى رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ :  
« الطهور شطر الايمان » .  
( رواه مسلم )

— عن عثمان بن عفان رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ :  
« من توضأ فأحسن الوضوء ، خرجت خطاياها من جسده حتى تخرج من تحت أظفاره » .  
( رواه مسلم )

— عن ابن عمر رضى الله عنهما أن رسول الله ﷺ قال : « صلاة الجماعة أفضل من صلاة الفذ ( أى الواحد ) بسبع وعشرين درجة » .  
( متفق عليه )

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ :  
« خير يوم طلعت عليه الشمس يوم الجمعة : فيه خلق آدم ، وفيه أدخل الجنة ، وفيه أخرج منها » .  
( رواه مسلم )

— « اذا قلت لصاحبك يوم الجمعة أنصت والامام يخطب فقد لغوت » .  
( رواه البخارى ومسلم )

## ٢ - الصيام :

للصيام فوائد نفسية كثيرة ، ففيه تربية وتهذيب للنفس وعلاج لكثير من أمراض الجسم والنفس . فالامساك عن الطعام والشراب من قبل الفجر الى غروب الشمس في جميع أيام شهر رمضان انما هو تدريب للانسان على مقاومة شهواته والسيطرة عليها ، بما يؤدي الى بث روح التقوى في نفسه .

وفي الصيام أيضا تدريب للانسان على الصبر على الجوع والعطش وكبح جماح الشهوات . ويقوم الانسان بعد ذلك بتعميم فضلة الصبر التي تعلمها من صيامه على جميع نواحي حياته الأخرى . . . فيتعلم الصبر على تحمل مشاق السعي في طلب الرزق ، وآلام المرض ، ومتاعب الحياة . والصبر من الخصال الانسانية الحميدة التي أوصى الله تعالى الانسان بالتحلي بها . فهي خير معين له على تحمل مشاق الكفاح في الحياة ، ومجاهدة النفس ومقاومة أهوائها .

ومن الفوائد النفسية للصيام أيضا أنه يشعر الغنى بآلام الجوع ، فيبعث في نفسه عواطف الرحمة والشفقة على الفقراء والمساكين ، فيدفعه ذلك الى البر بهم والاحسان اليهم ، مما يدعم روح التعاون والتضامن والتكافل الاجتماعي في المجتمع . وفضلا عن ذلك ، فان للصيام فوائد طبية وعلاجا من الأمراض البدنية . ومن المعروف أن لصحة الانسان البدنية تأثيرا على صحته النفسية ، فالعقل السليم في الجسم السليم .

ومن الآيات والأحاديث في مجال الصيام ما يأتي :

● « يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون » . ( البقرة : ١٨٣ )

● « شهر رمضان الذي أنزل فيه القرآن هدى للناس وبينات من الهدى والفرقان ، فمن شهد منكم الشهر فليصمه ، ومن كان مريضا أو على سفر فعدة من أيام أخر ، يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر ولتكملوا العدة ولتكبروا الله على ما هداكم ولعلكم تشكرون » .

( البقرة : ١٨٥ )



ومن الأحاديث النبوية الشريفة :

— عن أبي هريرة ، أن رسول الله ﷺ قال : « إذا جاء رمضان ،

فتحت أبواب الجنة ، وغلقت أبواب النار ، وصفدت الشياطين » .

( متفق عليه )

— وعن أبي هريرة رضى الله عنه ، عن النبي ﷺ ، قال : « من

صام رمضان ايمانا واحتسابا ، غفر له ما تقدم من ذنبه » .

( متفق عليه )

— « ان الله عز وجل فرض صيام رمضان وسننت قيامه » فمن

صامه وقامه احتسابا خرج من الذنوب كيوم ولدته أمه » .

( رواه أحمد )

— « من أفطر يوما من رمضان من غير رخصة ولا مرض لم يقض

عنه صوم الدهر كله وان صامه » . ( رواه البخارى ومسلم )

### ٣ — الزكاة :

ان فريضة « الزكاة » التى تفرض على المسلم ، باخراج نصيب

معلوم من ماله كل عام لانفاقه على الفقراء ، هى تدريب للمسلم على

العطف على المحتاجين من الناس ، ومد يد العون لهم ، ومساعدتهم على

سد حاجاتهم . انها تقوى فى المسلم الشعور بالمشاركة الوجدانية مع

الفقراء والمساكين ، وتبث فيه الشعور بالمسئولية نحوهم ، وتدفعه الى

العمل على اسعادهم والترفيه عنهم . انها تعلم المسلم حب الآخرين ،

وتخلصه من الأنانية وحب الذات والبخل والطمع . وقد سبق أن أشرنا

الى أن قدرة الفرد على حب الناس واسداء الخير لهم والعمل على

اسعادهم يقوى فيه الشعور بالانتماء الاجتماعى ويشعره بدوره الفعال

المفيد فى المجتمع ، مما يجعله يشعر بالرضا عن نفسه ، وهو أمر له

أهمية كبيرة فى صحة الإنسان النفسية . وقد قال القرآن الكريم عن

« الصدقة » سواء أكانت زكاة مفروضة أو تطوعا أنها تطهر النفس

وتركيها :

● « خذ من أموالهم صدقة تطهرهم وتركيهم بها » .

( التوبة : ١٠٣ )

فالزكاة تطهر النفس من دنس البخل والطمع والأثرة وحب الذات والقسوة . وهي تتركى النفس ، أى تنميتها وترفعها بالخيرات والبركات العملية والخلقية ، حتى تكون بها أهلا للسعادة الدنيوية والأخروية . وروى أحمد عن أنس رضى الله عنه أن النبى ﷺ قال لرجل من تميم سألته كيف ينفق ماله : « تخرج الزكاة من مالك فانها طهرة تطهرك ، وتصل أقرباءك ، وتعرف حق المسكين والجار واليتيم » . ومن الآيات والأحاديث فى هذا المجال :

● « ان الذين آمنوا وعملوا الصالحات وأقاموا الصلاة وآتوا الزكاة لهم أجرهم عند ربهم ولا خوف عليهم ولا هم يحزنون » . ( البقرة : ٢٧٧ )

● « .. ورحمتى وسعت كل شيء ، فساكنتها للذين يتقون ويؤتون الزكاة والذين هم بآياتنا يؤمنون » . ( الأعراف : ١٥٦ )

● « .. وويل للمشركين . الذين لا يؤتون الزكاة وهم بالآخرة هم كافرون » .

( فصلت : ٦ — ٧ )

● « قد أفلح المؤمنون . الذين هم فى صلاتهم خاشعون . والذين هم عن اللغو معرضون . والذين هم للزكاة فاعلون » . ( المؤمنون : ١ — ٤ )

● « .. لئن أقمت الصلاة وآتيت الزكاة وآمتم برسلى وهزرتموهم وأقرضتم الله قرضا حسنا لأكفرن عنكم سيئاتكم .. » . ( المائدة : ١٢ )

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن أبى أيوب رضى الله عنه ، أن رجلا قال للنبى ﷺ : أخبرنى بعمل يدخلنى الجنة ، قال : « تعبد الله ولا تشرك به شيئا ، وتقيم الصلاة ، وتؤتى الزكاة ، وتصل الرحم » . ( متفق عليه )

— « من استفاد مالا فلا زكاة عليه حتى يحول عليه الحول عند ربه » . ( رواه أحمد والترمذى )

- « ما أدى زكاته فليس بكنز » • (رواه أحمد)
- عن أبي هريرة رضى الله عنه أن النبي ﷺ قال : « ما من يوم يصبح العباد فيه الا ملكان ينزلان ، فيقول أحدهما : اللهم أعط منفقاً خلفاً ، ويقول الآخر : اللهم أعط ممسكاً تلفاً » • (متفق عليه)
- « الصدقة تسد سبعين باباً من السوء »
- (رواه الطبرانى)
- « حصنوا أموالكم بالزكاة ، وداووا مرضاكم بالصدقة ، وأعدوا للبلاء الدعاء » • (رواه الطبرانى)
- « من أراد أن تستجاب دعوته وأن تكشف كربته فليفرج عن مصر » • (رواه أحمد)
- « استنزلوا الرزق بالصدقة » • (رواه البيهقى)

#### ٤ — الحج :

وللحج أيضا فوائد نفسية عظيمة الشأن • فزيارة المسلم لبيت الله الحرام فى مكة المكرمة ، ولمسجد رسول الله عليه الصلاة والسلام فى المدينة المنورة ، ولنازل الوحي ، تفد المسلم بطاقة روحية عظيمة تزيل عنه كرب الحياة وهمومها ، وتغمره بشغور عظيم من الأمن والطمأنينة والسعادة •

وفضلاً عن ذلك ، فإن فى الحج تديباً للانسان على تحمل المشاق والتعب ، وعلى التواضع حيث يخلع الانسان ملابسه الفاخرة ويرتدى ملابس الحج البسيطة التى يتساوى فيها جميع الناس ، الغنى والفقير ، السيد والمسود ، والحاكم والمحكوم • وهو يقوى روابط الأخوة بين جميع المسلمين من مختلف الأجناس والأمم والطبقات الاجتماعية ، حيث يجتمعون جميعاً فى مكان واحد يعبدون الله تعالى ويمتثلون إليه ويتضرعون • ويهيم هذا التجمع الهائل للمسلمين من مختلف الشعوب الاسلامية فرص التألف والتعارف وتكوين العلاقات والصدقات بينهم •

وفى الحج أيضا تدريب للانسان على ضبط النفس والتحكم فى شهواتها واندفاعاتها ، اذ يقتزده الحاج وهو محرم عن مباشرة النساء ، وعن الجدل والخصام والشحناء والسياب ، وعن المعاصى وكل ما نهى الله تعالى عنه . وفى ذلك تدريب للانسان على ضبط النفس ، وعلى السلوك المذهب ، وعلى معاملة الناس بالحسنى ، وعلى فعل الخير . فالحج هو جهاد للنفس ، يجتهد فيه الانسان أن يهذب نفسه ، ويقاوم أهواءه ، ويدرب نفسه على تحمل المشاق ، وعلى فعل الخير وحب الناس .

ويعلم المسلم أن الحج المبرور يغفر الذنوب ، ويرجع المسلم من الحج كيوم ولدته أمه ، ولا شك أن معرفة المسلم أن الحج المبرور يغفر الذنوب يجعل الانسان يعود من حجه منشرح الصدر سعيدا ، يغمره الشعور بالأمن والطمأنينة وراحة البال . ويمده هذا الشعور الغامر بالسعادة والأمن بطاقة روحية هائلة تنسيه هموم الحياة ومتاعبها ، قال الله تعالى :

● « ان أول بيت وضع للناس للذى ببكة مباركا وهدى للعالمين . فيه آيات بينات مقام ابراهيم ، ومن دخله كان آمنا ، والله على الناس حج البيت من استطاع اليه سبيلا ، ومن كفر فان الله غنى عن العالمين » . ( آل عمران : ٩٦ — ٩٧ )

● « الحج أشهر معلومات ، فمن فرض فيهن الحج فلا رفث ولا فسوق ولا جدال فى الحج ، وما تفعلوا من خير يعطمه الله ، وتزودوا فان خير الزاد التقوى ، واتقون يا أولى الألباب » . ( البقرة : ١٩٧ )

● « وأنن فى الناس بالّحج يأتوك رجالا وعلى كل ضامر يأتين من كل فج عميق . ليشهدوا منافع لهم ويذكروا اسم الله فى أيام معلومات على ما رزقهم من بهيمة الأنعام ، فكلوا منها وأطعموا البائس الفقير . ثم ليقضوا تفثهم وليوفوا نذورهم وليطوفوا بالبيت العتيق » . ( الحج : ٢٧ — ٢٩ )



ومن الحديث النبوى الشريف :

« من ملك زادا وراحلة تبلغه الى بيت الله الحرام فلم يحج فلا عليه أن يموت يهوديا أو نصرانيا • ذلك أن الله يقول : « والله على الناس حج البيت من استطاع اليه سبيلا » (١٧) •

(رواه الترمذى وأحمد)

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : سمعت رسول الله ﷺ يقول :  
« من حج ، فلم يرفث ، ولم يفسق ، رجع كيوم ولدته أمه » •  
(متفق عليه)

— وعنه أن رسول الله ﷺ قال : « العمرة الى العمرة كفارة لما بينهما ، والحج المبرور ليس له جزاء الا الجنة » •

(متفق عليه)

— عن عائشة رضى الله عنها أن رسول الله ﷺ قال : « ما من يوم أكثر من أن يعتق الله فيه عبدا من النار من يوم عرفة » •  
(رواه مسلم)

\*\*\*

رابعا — الصبر :

يدعو القرآن المؤمنين الى التحلى بالصبر لما فيه من فائدة عظيمة فى تربية النفس ، وتقوية الشخصية ، وزيادة قدرة الانسان على تحمل المشاق ، وتجديد طاقته لمواجهة مشكلات الحياة وأعبائها ، ونكبات الدهر ومصائبه ، ولتعبئة قدراته لمواصلة الجهاد فى سبيل اعلاء كلمة الله تعالى • •

● « واستعينوا بالصبر والصلاة ، وانها لكبيرة الا على الخاشعين » •  
(البقرة : ٤٥)

● « يا أيها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة ، ان الله مع الصابرين » •  
(البقرة : ١٥٣)

● « يا أيها الذين آمنوا اصبروا وصابروا ورابطوا واتقوا الله لعلكم تفلحون » •  
(آل عمران : ٢٠٠)

والمؤمن الصابر لا يجزع لما يلحق به من أذى ، ولا يضعف أو ينهار اذا ألمت به مصائب الدهر وكوارثه ، فلقد أوصاه الله تعالى بالصبر ، وعلمه أن ما يصيبه في الحياة الدنيا إنما هو ابتلاء من الله تعالى ليعلم الصابرين منا ..

● « ولنبلونكم بشيء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات ، وبشر الصابرين • الذين اذا أصابتهم مصيبة قالوا انا لله وانا اليه راجعون • أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة ، وأولئك هم المهتدون » • ( البقرة : ١٥٥ — ١٥٧ )

● « ولنبلونكم حتى نعلم المجاهدين منكم والصابرين ونبلوهم أخباركم » • ( محمد : ٣١ )

● « لتبلون في أموالكم وأنفسكم ولتسمعن من الذين أوتوا الكتاب من قبلكم ومن الذين أشركوا أذى كثيرا ، وان تصبروا وتتقوا فان ذلك من عزم الأمور » • ( آل عمران : ١٨٦ )

والصبر من صفات المؤمنين الحميدة التي أشاد بها القرآن في أكثر من موضع •

● « والعصر • ان الانسان لفي خسر • الا الذين آمنوا وعملوا الصالحات وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر » • ( سورة العصر )

● « ليس البر أن تولوا وجوهكم قبل المشرق والمغرب ولكن البر من آمن بالله واليوم الآخر والملائكة والكتاب والنبيين وآتى المال على حبه نوى القريبى واليتامى والمساكين وابن السبيل والسائلين وفى الرقاب وأقام الصلاة وآتى الزكاة والموفون بعهدهم اذا عاهدوا ، والصابرين فى البأساء والضراء وهين البأس ، أولئك الذين صدقوا ، وأولئك هم المتقون » • ( البقرة : ١٧٧ )

والصبر يعلم الانسان المثابرة وبذل الجهد لتحقيق أهدافه • والصبر والمثابرة مرتبطان بقوة الارادة • فالشخص الصابر قوى الارادة ، لا تضعف عزيمته مهما لقي من مصاعب وعقبات • وبقوة

الارادة يتمكن الانسان من انجاز الأعمال العظيمة ، وتحقيق الأهداف الكبيرة •

● « ٠٠ ان يكن منكم عشرون صابرون يغلبوا مائتين ، وان يكن منكم مائة يغلبوا ألفا من الذين كفروا بأنهم قوم لا يفقهون » •  
( الأنفال : ٦٥ )

واذا تعلم الانسان الصبر على تحمل مشاق الحياة ، ومصائب الدهر ، والصبر على أذى اناس وعداوتهم ، والمثابرة على عبادة الله وطاعته ، وعلى مقاومة شهواته وانفعالاته ، والصبر والمثابرة على العمل والانتاج •• فانه يصبح انسانا ذا شخصية ناضجة مترنة متكاملة منتجة فعالة ، ويصبح فى مأمن من القلق ومن الاضطرابات النفسية •

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « الصبر نصف الايمان ، واليقين الايمان كله » •

( رواه الطبرانى والبيهقى )

— عن أبى يحيى صهيب بن سنان رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « عجباً لأمر المؤمن ان أمره كله له خير ، وليس ذلك لأحد الا للمؤمن : ان أصابته سراء شكر فكان خيراً له ، وان أصابته ضراء صبر فكان خيراً له » •  
( رواه مسلم )

— عن أنس رضى الله عنه قال : قال النبى ﷺ : « ان عظم الجزاء مع عظم البلاء ، وان الله تعالى اذا أحب قوما ابتلاهم ، فمن رضى فله الرضا ، ومن سخط فله السخط » • ( رواه الترمذى )

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « ما يزال البلاء بالمؤمن والمؤمنة فى نفسه وولده وماله حتى يلقى الله تعالى وما عليه خطيئة » • ( رواه الترمذى )

— وقال عليه الصلاة والسلام : « الصبر ضياء » •

( رواه مسلم )

\* \* \*

## خامسا - الفكر :

ان مواظبة المؤمن على ذكر الله تعالى بالتسبيح والتكبير والاستغفار والدعاء وتلاوة القرآن ، تؤدي الى تركية نفسه وصفائها وشعورها بالأمن والطمأنينة .

● « الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، ألا بذكر الله تطمئن القلوب » . ( الرعد : ٢٨ )

● « فاصبر على ما يقولون وسبح بحمد ربك قبل طلوع الشمس وقبل غروبها ، ومن آناء الليل فسبح وأطراف النهار لعنك ترضى » . ( طه : ١٣٠ )

ويقول الرسول ﷺ : « ذكر الله شفاء القلوب » .

( رواه الديلمي )

— وعنه ﷺ أنه قال : « لا يجتمع قوم يذكرون الله تعالى الا حفتهم الملائكة وغشيتهم رحمته ، ونزلت عليهم السكينة . وذكرهم الله تعالى » . (رواه ابن ماجه )

وحيثما يداوم المسلم على ذكر الله تعالى فإنه يشعر بأنه قريب من الخالق سبحانه ، وأنه في حمايته ورعايته ، ويبعث ذلك في نفسه الشعور بالثقة والقوة والأمن والطمأنينة والسعادة . قال تعالى :

● « فاذكروني أنكركم » . ( البقرة : ١٥٢ )

وذكر الله ، اذ يبعث في النفس الطمأنينة والأمن ، فهو بلا شك علاج للقلق الذي يشعر به الانسان حينما يجد نفسه ضعيفا عاجزا أمام ضغوط الحياة وأخطارها ، دون سند أو معين .

● « ومن أعرض عن ذكرى فإن له معيشة ضنكا » .

( طه : ١٢٤ )

ان الذكر من أفضل العبادات ، قال تعالى :

● « ان الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر ، ولذكر الله أكبر » .

( العنكبوت : ٤٥ )



والواقع ان جميع العبادات ذكر أو تساعد على الذكر .. ففى الصلاة يقوم المصلى بتكبير الله ، وتلاوة القرآن ، وتسبيح الله راکعاً وساجداً ، وحمد الله والثناء عليه ، والصلاة على النبى ، ثم يعقب الصلاة الاستغفار وتسبيح الله وحمده وتكبيره ، والدعاء له .. وكل ذلك ذكر . وفى الصوم طاعة لله تعالى ، وابتعاد عن المعاصى التى تغضب به ، وتعظيم له ، وشكر له على هدايته .. وكل هذا ذكر . وفى الحج يتفرغ المسلم للصلاة والابتهاج والدعاء لله ، والقيام بمناسك الحج .. وكل ذلك ذكر . قال تعالى :

● « اننى أنا الله لا اله الا أنا فاعبدنى وأقم الصلاة لذكرى .. » ( طه : ١٤ )

● « .. ولتكمّلوا العدة ولتكبروا الله على ما هداكم ولعلّكم تشكرون » ( البقرة : ١٨٥ )

● « وأذن فى الناس بالحج يأتوك رجالاً وعلى كل ضامر يأتين من كل فج عميق . ليشهدوا منافع لهم ويذكروا اسم الله فى أيام معلومات على ما رزقهم من بهيمة الأنعام » ( الحج ٢٧ — ٢٨ )

\* \* \*

### سادساً — القوية :

ان الشعور بالذنب يسبب للانسان الشعور بالنقص والقلق ، مما يؤدى الى نشوء أعراض الأمراض النفسية . ويهتم العلاج النفسى ، فى مثل هذه الحالات ، بتغيير وجهة نظر الشخص المريض عن خبراته السابقة التى سببت له الشعور بالذنب ، فيراها فى ضوء جديد بحيث لا يرى فيها ما يبرر شعوره بالذنب والنقص ، فيخف تأنيبه لنفسه ، ويصبح أكثر تقبلاً لذاته ، فيزول قلقه وأعراض مرضه النفسى .

ويمدنا القرآن بأسلوب فريد وناجع فى علاج الشعور بالذنب ، ألا وهو التوبة . فالتوبة الى الله سبحانه وتعالى تغفر الذنوب ، وتقوى فى الانسان الأمل فى رضوان الله ، فتخف حدة قلقه . والتوبة تدفع الانسان عادة الى اصلاح الذات وتقويمها حتى لا يقع المرء مرة أخرى فى الأخطاء والمعاصى ، وهذا يساعد على زيادة تقدير الانسان لذاته

وازدیاد ثقته بها ورضائه عنها ، وبالتالي بث الشعور بالأمن والطمأنينة في نفسه .

ان ايمان المسلم بأن الله جل شأنه يقبل التوبة ويغفر الذنوب ، انما يدفعه الى الاستغفار والتوبة ، والابتعاد عن ارتكاب المعاصي أملا في مغفرة الله ورضوانه . وإذا ما تاب المسلم توبة نصوحا ، والترم بطاعة الله وبالعمل الصالح . ارتاح باله ، واطمأنت نفسه ، وزالت عنه الغمة والشعور بالذنب الذي يسبب له القلق واضطراب الشخصية وسوء التوافق . قال تعالى :

● « قل يا عبادي الذين أسرفوا على أنفسهم لا تقنطوا من رحمة الله ، ان الله يغفر الذنوب جميعا ، انه هو الغفور الرحيم » .  
( الزمر : ٥٣ )

● « انما التوبة على الله للذين يعملون السوء بجهالة ثم يتوبون من قريب فأولئك يتوب الله عليهم ، وكان الله عليما حكيما » .  
( النساء : ١٧ )

● « ان الله لا يغفر أن يشرك به ويغفر ما دون ذلك لمن يشاء .. » .  
( النساء : ٤٨ )

● « ومن يعمل سوءا أو يظلم نفسه ثم يستغفر الله يجد الله غفورا رحيمًا » .  
( النساء : ١١٠ )

● « فمن تاب من بعد ظلمه وأصلح فإن الله يقوب عليه ، ان الله غفور رحيم » .  
( المائدة : ٣٩ )

● « وإذا جاءك الذين يؤمنون بآياتنا فقل سلام عليكم ، كتب ربكم على نفسه الرحمة ، أنه من عمل منكم سوءا بجهالة ثم تاب من بعده وأصلح فانه غفور رحيم » .  
( الأنعام : ٥٤ )

● « واني لغفار لمن تاب وآمن وعمل صالحا ثم اهتدى » .  
( طه : ٨٢ )

وهكذا نجد أن أسلوب القرآن الكريم في علاج الشخصية المنحرفة أو القويمة هو العلاج الأمثل من حيث بث الايمان بالعقيدة في النفوس ،

وفرض العبادات المختلفة التي تساعد في التخلص من العادات السيئة ،  
وحث المسلم على تعلم الصبر لتحمل مشاق الحياة بنفس راضية ،  
والحث على المواظبة على ذكر الله حتى يشعر الانسان بقربه من  
الخالق عز وجل ، والاستغفار والتوبة مما يساعد على التخلص من  
القلق الناشئ عن الشعور بالذنب .

\*\*\*

### ● الخلاصة :

يتلخص ما سبق مناقشته في هذا الفصل في النقاط الآتية :

١ - تستهدف الخدمات النفسية خدمة الفرد عن طريق تطبيق  
المبادئ والقوانين النفسية في المجالات المختلفة . في الأسرة أو المدرسة  
أو العمل أو المجتمع . وقد نشأت الحاجة الى الخدمات النفسية نتيجة  
للتغيرات التي طرأت على الأسرة وعلى العمل وعلى المجتمع عامة .

٢ - « التوجيه » عملية انسانية تتضمن مجموعة من الخدمات  
التي تقدم للأفراد لمساعدتهم على فهم أنفسهم ، وإدراك مشكلاتهم ،  
والانتفاع بإمكاناتهم للتغلب على المشكلات التي تواجههم ، بما يؤدي  
الى توافقهم . ويساعد « الإرشاد النفسى » الفرد على تقبل ذاته  
وحل مشكلاته وتحقيق التوافق مع نفسه وبيئته . ويقوم التوجيه  
والإرشاد النفسى على أسس فلسفية ، وسيكولوجية ، وتربوية  
 واجتماعية ، وفنية وأخلاقية .

٣ - « العلاج النفسى » عبارة عن نوع من علاج المشكلات ذات  
الطبيعة الانفعالية الحادة ، حيث يساعد المعالج النفسى الشخص  
المريض ويعاونه على إزالة الأعراض النفسية التي يعانيها أو تعديلها  
بما يؤدي الى نمو شخصيته وتطورها . وهو يشترك مع التوجيه  
والإرشاد النفسى في تحقيق التوافق للفرد .

٤ - ان أسلوب القرآن في العلاج النفسى هو أسلوب ناجع من  
حيث بث الايمان بالعقيدة ، وفرض العبادات ، والحث على تعليم  
الصبر ، والمواظبة على ذكر الله ، والاستغفار والتوبة ، مما يؤدي في  
النهاية الى التخلص من القلق ، والشعور بالراحة النفسية .

\*\*\*

## الفصل السادس

### خاتمة

لقد ناقشنا عبر الفصول الخمسة السابقة الجوانب المختلفة للشخصية السوية .. ونقطة الانطلاق فى المناقشة نابعة من القرآن الكريم « ونفس وما سواها .. » فلقد أصبح الانسان فى حاجة ماسة الى فهم ذاته ، حيث قد بلغ قدرا كبيرا من التقدم العلمى ، بينما قد تخلف فى الركب الانسانى .. فأصبحت الدول تتنافس وتتناحر حتى تغلب احداها على الدول الأخرى فى انتاج أسلحة الدمار الشامل وغزو الفضاء لتتحكم فى مصير العالم وتملى ارادتها على الدول الأخرى ، وفى غمرة الانتصار والنشوة بالمخترعات المدمرة ، نسي الحكام فى الدول العظمى — أو تناسوا — أن خالق هذا الكون — سبحانه — قادر على أن يحميه من الدمار ، أو أن يرسل عليهم طيرا أبابيل ، ترميهم بحجارة من سجيل ، وتجعلهم كعصف مأكول .. أو أن تأخذهم الصيحة فيصيبوا فى ديارهم جاثمين .

ان الانسان يبدأ التفكير فى ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد ضعفت ، وأن علاقته ببيئته ومجتمعه لم تعد علاقة ود ووثام وتفاهم ، وعندما يشعر بانعدام التكافؤ بينه وبين العالم الذى يعيش فيه .. حينئذ يرتد الانسان الى نفسه ويشعر بحاجته الى فهم ذاته .. وعلى ذلك فقد بذلت محاولات مستمرة لفهم الشخصية البشرية نتج عنها نظريات عديدة متطورة لتفسير الشخصية .

ولقد ورد فى القرآن الكريم — الذى جمع فأوعى — وصف للشخصية الانسانية وسماتها العامة التى يتميز بها الانسان — الذى خلقه الله تعالى فى أحسن تقويم — عن غيره من المخلوقات . وجاء فى القرآن أيضا وصف لبعض النماذج المختلفة للشخصية البشرية ، وهى



نماذج أو أنماط شائعة نكاد نراها اليوم فى مختلف المجتمعات • ونجد فى القرآن أيضا أوصافا للشخصية السوية ، وغير السوية ، وللعوامل التى تكون السواء وعدم السواء فى الشخصية •

ويشير القرآن أيضا إلى الصراع بين الجانبين المادى والروحى فى الانسان • ولعل مشيئة الخالق — سبحانه — قد اقتضت أن يكون أسلوب الانسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى للانسان فى هذه الحياة • قال تعالى :

● « يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون » • ( المنافقون : ٩ )

ولقد شأنت حكمة الله تعالى ورحمته أن يوفر للانسان كافة الامكانيات التى تساعد على كسب المعركة فى الصراع بين الجانب المادى والجانب الروحى ، بأن وهبه العقل — الذى ميزه به عن سائر المخلوقات — ليميز به بين الخير والشر ، وبين الحق والباطل ، كما أمده بحرية الاختيار حتى يستطيع أن يبت فى آخر هذا الصراع • قال تعالى :

● « وهديناه النجدين » • ( البلد : ١٠ )

● « انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا » •

( الانسان : ٣ )

● « ونفس وما سواها • فآلهمها فجورها وتقواها • قد أفلح من زكها • وقد خاب من نساها » • ( الشمس : ٧ — ١٠ )

● « من عمل صالحا فلنفسه ومن أساء فعليها ، وما ريك بظلام للعبيد » • ( فصلت : ٤٦ )

واذا أخلص الانسان فى تقربه لاه تعالى بالعبادات وصالح الأعمال ، بما يحقق التوازن بين المطالب البدنية والمطالب الروحية ، فإنه يصل الى أعلى مرتبة من الكمال ، حيث تكون نفسه فى حالة اطمئنان وسكينة ، أى « نفس مطمئنة » ، قال تعالى :

● « يا أيها النفس المطمئنة • ارجعى الى ربك راضية مرضية • فادخلى فى عبادى • وادخلى جنتى » • ( الفجر : ٢٧ — ٣٠ )

ولقد كان القرآن الكريم سابقا مئات السنين لتلك المدارس الفكرية النفسية التي حاولت أن تحدد الأنماط المختلفة للشخصية البشرية .. فأننا نجد في القرآن تصنيفا للناس على أساس العقيدة الى ثلاثة أنماط هي : المؤمنون ، والكافرون ، والمنافقون ، ولكل نمط من هذه الأنماط الثلاثة سماته الرئيسية العامة التي تميزه عن النمطين الآخرين . ويتميز « المؤمنون » بالايمان بالله وملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر ، وعبادة الله وأداء الفرائض ، والتقوى والاستغفار ، والتمسك بالأخلاق الحميدة ، وحسن العاشرة والمعاملة وحسن السلوك . ويتصف « الكافرون » بعدم الايمان . والظلم والطغيان ، وسوء الخلق والمعاملة والسلوك . ويتصف « المنافقون » بالرياء ، وضعف الثقة بالنفس ، وضعف الايمان ، والكذب والخداع ، والتردد والريبة ، والحيل الدفاعية .

ان دراسة الشخصية السوية تدعونا الى الاهتمام بموضوع الأخلاق والدين وعلاقتها بالشخصية . ولقد تعرضت الأخلاق في الاسلام لجميع نواحي الحياة الانسانية .. فيحث القرآن الكريم على التحلى بالأخلاق الفاضلة ، واتباع الأسلوب القويم ، والابتعاد عن الأذى والشر وسوء السلوك . ومن أهم المبادئ والقيم الأخلاقية التي يحث عليها الاسلام ما يأتي : أدب الحديث ، والتسامح ، والرحمة ، والحلم ، والصفح ، والعدالة ، والصدق ، والأمانة ، والوفاء ، والاخلاص ، والصبر ، والحياء ، والاتحاد ، والتعاون . ومن الآيات القرآنية التي تحث على التحلى بهذه الصفات :

● « قد أفلح المؤمنون . الذين هم في صلاتهم خاشعون . والذين هم عن اللغو معرضون » . ( المؤمنون : ١ - ٣ )

● « .. وليعفوا وليصغحوا ، ألا تحبون أن يغفر الله لكم ، والله غفور رحيم » . ( النور : ٢٢ )

● « .. والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس ، والله يحب المحسنين » . ( آل عمران : ١٣٤ )

● « .. واذا قلتم فاعدلوا ولو كان ذا قرى » .  
( الأنعام : ١٥٢ )

● « والذين هم لأماناتهم وعهدهم راعون » .  
( المؤمنون : ٨ )

● « وأوفوا بعهد الله اذا عاهدتم ولا تنقضوا الايمان بعد توكيدها  
وقد جعلتم الله عليكم كفيلا ، ان الله يعلم ما تفعلون » .  
( النحل : ٩١ )

● « ولنبلونكم بشيء من الخوف والجوع ونقص من الأموال  
والانفس والثمرات ، وبشر الصابرين . الذين اذا أصابتهم مصيبة قالوا  
انا لله وانا اليه راجعون . أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة ،  
وأولئك هم المهتدون » .  
( البقرة : ١٥٥ — ١٥٧ )

● « .. وانكروا نعمة الله عليكم اذ كنتم أعداء فألف بين قلوبكم  
فأصبحتم بنعمته اخوانا » .  
( آل عمران : ١٠٣ )

● « والمؤمنون والمؤمنات بعضهم أولياء بعض ، يأمرون بالمعروف  
وينهون عن المنكر ويقيمون الصلاة ويؤتون الزكاة ويطيعون الله ورسوله ،  
أولئك سيرحمهم الله ، ان الله عزيز حكيم » .  
( التوبة : ٧١ )

ويتعرض الانسان للصراع فى نفسه ، عندما تتجاذبه حاجاته  
البدنية التى يعمل على اشباعها من أجل البقاء وحفظ النوع ، وصفاته  
المعنوية السامية المتمثلة فى الشوق الى الايمان بالخالق جلت قدرته  
وعبادته وتسبيحه .. وعندما تتجاذبه هاتين القوتين — المادية  
والروحية — يعانى الانسان الصراع فى نفسه بين هذين الجانبين من  
شخصيته . ولقد أشار القرآن الكريم الى هذا الصراع بقوله :  
● « لقد خلقنا الانسان فى كبد » .  
( البلد : ٤ )

● « فأما من طغى . وآثر الحياة الدنيا . فان الجحيم هى  
المأوى . وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى . فان الجنة  
هى المأوى » .  
( النازعات : ٣٧ — ٤١ )

وقد اقتضت مشيئة الله تعالى أن يكون أسلوب الانسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى لقوة ايمانه ، فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين المادى والروحى فى شخصيته فقد نجح فى هذا الاختبار ، واستحق الاثابة فى الدنيا والآخرة •

قال تعالى :

● « يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون » • ( المنافقون : ٩ )

● « فذكر ان نفعت الذكرى • سيذكر من يخشى • ويتجنبها الأتقى • الذى يصلّى النار الكبرى • ثم لا يموت فيها ولا يحيا • قد أفلح من تركى • وذكر اسم ربه غصلى • بل تؤثرن الحياة الدنيا • والآخرة خير وأبقى » • ( الأعلى : ٩ — ١٧ )

ولقد كانت شخصية « المنافقين » تتصف بالشك والتردد والريبة ، وضعف الثقة بالنفس ، والخوف والرغبة من أن يفضح المسلمون أمرهم • وقد دفعتهم طبيعة شخصيتهم هذه الى استمرار الالتجاء الى الحيل العقلية كسلوك دفاعى • ولقد أشار القرآن الكريم الى ثلاثة أنواع من الحيل العقلية كان المنافقون يلجأون اليها هى : الاسقاط ، والتبرير ، وتكوين رد الفعل •

« فالاسقاط » حيلة عقلية يقوم بها الشخص باسقاط مشاعره ودوافعه وعيوبه على الغير • ولقد كان المنافقون يسقطون شعورهم العدائى على المسلمين ، فيظنون أن المسلمين يريدون البطش بهم • ولقد صور القرآن ذلك أصدق تصوير بقوله :

● « واذا رأيتهم تعجبك أجسامهم ، وان يقولوا تسمع لقولهم ، كأنهم خشب مسندة ، يحسبون كل صيحة عليهم ، هم العدو فاحذرهم ، قاتلهم الله ، أنى يؤفكون » • ( المنافقون : ٤ )

و « التبرير » حيلة عقلية يحاول بها الشخص تفسير دوافعه وأفعاله غير المقبولة بأن يعطى لها تبريرات مقبولة ، وهو يقوم بهذه



العملية بطريقة لا شعورية . ولقد كان المنافقون والكافرون يلجأون الى التبرير فى معظم الحالات لتغطية سلوكهم كى يبدو معقولا . . فاذا أفسدوا قالوا انهم يريدون الاصلاح ويبررون ذلك بتفسيرات مختلفة . وقد وصف القرآن الكريم التبرير الذى قام به المنافقون وصوره أحسن تصوير بقوله :

● « واذا قيل لهم لا تفسدوا فى الأرض قالوا انما نحن مصلحون . ألا انهم هم المفسدون ولكن لا يشعرون » ( البقرة : ١١ — ١٢ )

ويعتبر « تكوين رد الفعل » حيلة دفاعية يتخذ فيها الشخص سلوكا يعتبر مضادا لسلوك آخر ، كالمبالغة فى المجاملة والاهتمام فى معاملة شخص معين يخفى بها شعور العدائى نحوه . ولقد كان المنافقون يلجأون الى هذه الحيلة لاختفاء حقيقة شعورهم بالكراهية والعداء للمسلمين . ولقد كشف القرآن الكريم حيلتهم بقوله :

● « ومن أناس من يعجبك قوله فى الحياة الدنيا ويشهد الله على ما فى قلبه وهو ألد الخصام . واذا تولى سعى فى الأرض ليفسد فيها ويهلك الحرث والنسل ، والله لا يحب الفساد » .

( البقرة : ٢٠٤ — ٢٠٥ )

وتتفق جميع مدارس العلاج النفسى على أن « القلق » هو المصدر الأساسى والسبب الرئيسى فى ظهور أعراض الأمراض النفسية ، وتتفق هذه المدارس الفكرية كذلك على أن الهدف الأساسى للعلاج النفسى هو التخلص من القلق وبحث الشعور بالأمن فى نفس الانسان . . وتشير الدراسات الاسلامية الى نجاح الايمان بالعقيدة الاسلامية فى شفاء النفس من أمراضها ، والتغلب على الشعور بالقلق ، وتحقيق الشعور بالأمن والطمأنينة . وقد وصف القرآن الكريم ما يحدثه الايمان من امن وطمأنينة فى نفس المؤمن بقوله :

● « الذين آمنوا ولم يلبسوا ايمانهم بظلم أولئك لهم الأمن وهم مهتدون » .

( الأنعام : ٨٢ )

● « .. ومن يؤمن بالله يهد قلبه .. » ( التغابن : ١١ )

● « الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، ألا بذكر الله تطمئن القلوب » .  
( الرعد : ٢٨ ) .

● « ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون » .  
( الأحقاف : ١٣ )

ولقد استطاع القرآن الكريم أن يعالج نفوس العرب ، ويحدث تغييرا كبيرا فى شخصياتهم بالاستعانة بعدة أساليب أهمها :  
— بث الايمان بعقيدة التوحيد فى نفوسهم ، وغرس جذور التقوى فى قلوبهم ، بكل ما يؤدى اليه ذلك من نتائج بالغة الأهمية فى تقويم سلوكهم وشخصياتهم على الطريق السوى :

— فرض العبادات المختلفة التى ساعدت على تخليهم عن كثير من عاداتهم السيئة السابقة ، وتحليهم بالعديد من العادات والخصال الحميدة التى ساعدت على تكوين شخصياتهم تكوينا سويا مترنا متكاملا .  
.. كل هذا بفضل الصلاة ، والزكاة ، والصيام ، والحج ، وهى أركان الاسلام الأساسية تسبقها الشهادة .

— حثهم على تعلم الصبر ، تلك الخصلة التى تساعد على تحمل المشاق وتحمل البلاء بنفس راضية ، وقوة الارادة والعزيمة ، مما يقلل من احتمالات التوتر والضيق والشعور بالهم والقلق .

— حثهم على المواظبة على ذكر الله — قياما وقعودا وعلى جنوبهم وفى كل زمان ومكان — مما يشعر الانسان أنه قريب من الله عز وجل ، فيخمره الشعور بالأمن والطمأنينة .

— حثهم على الاستغفار والتوبة ، مما يخلصهم من الشعور بالذنب وما يسببه من شعور بالقلق .

بكل هذه الأساليب نجح القرآن الكريم فى علاج نواحى الضعف فى شخصيات المسلمين ، وفى غرس الصفات الحميدة فى نفوسهم ، مما ساعد على تكوين شخصياتهم تكوينا متكاملا سويا ، وكان له أكبر الأثر فى احداث تغييرات بالغة الأهمية فى جميع نواحى للحياة فى المجتمع العربى بشبه الجزيرة العربية ، وبالمجتمع الاسلامى فى العالم بأسره .

● وبعد ..

ان القرآن الكريم ، والعقيدة الاسلامية ، والأحاديث النبوية الشريفة ، وتعاليم الدين الاسلامى الحنيف .. كل هذا سبق العلم والعلماء المحدثين ، الذين حاولوا — ويحاولون — الغوص فى أعماق النفس البشرية ، والخروج بآراء ونظريات فى النفس البشرية والشخصية الانسانية . ان علماء الغرب لم يستحدثوا جديدا بعد ما جاء به القرآن الكريم — الذى جمع فأوعى — وما على المسلمين الا أن يتعمقوا فى دراسة تعاليم الاسلام ، بمثل ما فعل علماء المسلمين الأوائل الأفاضل ، وينهلوا من فيض هذا الدين الحنيف ، وحينئذ يخرجون على العالم أجمع بأفضل الآراء والنظريات المتعلقة بالنفس البشرية .

● « وما أوتيتم من العلم الا قليلا » . ( الاسراء : ٨٥ )

( صدق الله العظيم )

\* \* \*

## مراجع الكتاب

### ● المراجع العربية :

- ١ — أحمد محمد فارس : التماذج الانسانية في القرآن الكريم .  
بيروت : دار الفكر ، د . ت .
- ٢ — حامد عبد السلام زهران : التوجيه والارشاد النفسى . القاهرة :  
عالم الكتب ، ١٩٧٧ .
- ٣ — حامد عبد السلام زهران ، الصحة النفسية والعلاج النفسى .  
القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٤ .
- ٤ — حسن الفقى ، وسيد خير الله ، ( ترجمة ) : الشخصية بين الصحة  
والمرض . القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٧٣ .
- ٥ — سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى  
والمهنى ، القاهرة : الخانجى . ١٩٧٦ .
- ٦ — سيد عبد الحميد مرسى : « التوجيه والارشاد النفسى بالجامعات —  
( خدمات الشئون الطلابية ) » مجلة كلية التربية ، المحرم ١٣٩٦ هـ .
- ٧ — سيد عبد الحميد مرسى : دور المعلم فى التوجيه والارشاد  
بالمرسة الثانوية . مكة المكرمة : المؤتمر الاول لاعداد المعلمين ، ١٣٩٤ هـ .
- ٨ — سيد عبد الحميد مرسى : الدين المعاملة . جدة : ادارة تدريب  
التسويق ، الخطوط الجوية العربية السعودية . ١٩٨٥ .
- ٩ — سيد عبد الحميد مرسى : سيكلوجية المهن ( ط ٤ ) القاهرة :  
العالمية للنشر ، ١٩٧٧ .
- ١٠ — سيد عبد انحميد مرسى : علم النفس والكفاية الانتاجية .  
القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ .
- ١١ — سيد قطب : العدالة الاجتماعية فى الاسلام . القاهرة :  
مكتبة مصر ، د . ت .
- ١٢ — صلاح عبد القادر البكرى : القرآن وبناء الانسان . جدة :  
تهامة ، ١٩٨٢ .
- ١٣ — صموئيل مغاريوس : الصحة النفسية والعمل المدرسى .  
القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٧٤ .



- ١٤ — عبد الكريم العثمان : الدراسات النفسية عند المسلمين والغزالي  
بوجه خاص ( ط ٢ ) . القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ .
- ١٥ — عطية محمود هنا : التوجيه التربوي والمهني . القاهرة : مكتبة  
النهضة المصرية ، ١٩٥٩ .
- ١٦ — عطية محمود هنا وآخرون : الشخصية والصحة النفسية .  
القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٨ .
- ١٧ — عطية محمود هنا ، وسامى هنا : علم النفس الاكلينيكي ( ج ١ ) .  
القاهرة : دار النهضة العربية ، ١٩٧٣ .
- ١٨ — فرج عبد القادر طه : علم النفس الصناعى والتطبيعى .  
القاهرة : دار المعارف ، ١٩٨٣ .
- ١٩ — فرج أحمد فرج ، قدرى حنفى ، لطفى فطيم ( ترجمة ) :  
نظريات الشخصية . القاهرة . الهيئة العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ .
- ٢٠ — محمد عثمان نجباتى : القرآن وعلم النفس . القاهرة ،  
دار الشروق ، ١٩٨٢ .
- ٢١ — محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى .  
القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ .
- ٢٢ — محمد الغزالي : خلق المسلم ( ط ٨ ) . القاهرة : دار الكتب  
الحديثة ، ١٩٧٤ .
- ٢٣ — مصطفى فهمى : التكيف النفسى . القاهرة : مكتبة مصر ، ١٩٦٧ .
- ٢٤ — مصطفى فهمى : علم النفس الاكلينيكي . القاهرة : مكتبة  
مصر ، ١٩٦٧ .
- ٢٥ — يوسف القرضاوى : الخصائص العامة للإسلام ( ط ٢ ) .  
القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ .
- ٢٦ — يوسف مراد . دراسات فى التكامل النفسى . القاهرة :  
الخاتجى ، ١٩٥٨ .

● المراجع الأفرنجية :

- 1 — Adler, A.; **The Practice and Theory of Individual Psychology**. New York : Horcourt. Brace, 1927 .
- 2 — Adler, A.; **Understanding Human Nature**. New York : Greenberg, 1927 .
- 3 — Allport, G.; **Becoming : Basic Considerations for a Science of Personality**. New Haven, Conn. : Yale Univ. Press, 1955.
- 4 — Allport, G.; **Patterns and Growth of Personality**. New York. Holt, 1961 .
- 5 — Allport, G.; **Personality : A Psychological Interpretation**. New York : Holt, 1937.
- 6 — Arieti, S. (ed.) : **American Hanbook of Psychiatry** (vol. II ) . N. Y. : Basic Books, 1959 .
- 7 — Berrien . F. ; **Comments and Cases on Human Relations**, New York : Harper, 1951 .
- 8 — Carrol, H.; **Mental Hygiene : The Dynamics of Adjustment** ( 5th ed. ) . Englewood Cliffs, N. J. : Prentice - Hall, 1969.
- 9 — Cattell, R.; « The Principal Replicated Factors Discovered on Objective Personality Tests. » **J. Abnor. Soc. Psychol.** 1955
- 10 — Cattell, R. ; **Personality : A Systematic, Theoretical, and Factual Study**. New York : McGraw - Hill, 1950.
- 11 — Combs, A., and Snygg. D.; **Individual Behavior**. New York : Harper & Row, 1949 .
- 12 — Dollard, J., and Miller, N. ; **Personality and Psychoherapy**. New York : McGraw - Hill, 1950 .
- 13 — Freud, S.; **An Outline of Psychanalysis**. New York : Norton, 1949 .
- 14 — Fromm, E.; **Escape from Freedom**. New York : Holt, 1941 .

- 15 — Fromm, E.; **Man for Himself**. New York : 1947 .
- 16 — Fromm, E. ; **The Sane Society** . New York : Rinehart. 1955 .
- 17 — Goldstein, K.; **Human Nature in the Light of Psychotherapy**. Cambridge. Mass. : Harvard Univ. Press, 1940.
- 18 — Goldstein, K.; **The Organism** . New York : American Book, 1939 .
- 19 — Horney, K.; **The Neurotic Personality of Our Time**. New York : Norton, 1937 .
- 20 — Horney , K.; **Neurosis and Human Growth**. New York : Norton, 1950 .
- 21 — Jahoda, M.; **Current Concepts of Mental Health**. New York : Basic Books, 1958
- 22 — Jones, E.; **The Life and Works of Sigmund Freud**. New York : Basic Books, 1957
- 23 — Jung, C.; **The Integration of Personality**. New York : Rinehart, 1939 .
- 24 — Jung, C.; « **The Development of Personality** . » **Collected Papers**, vol . 12. New York : Pantheon Press, 1954 .
- 25 — Lewin, K.; **Dynamic Theory of Personality**. New York : McGraw-Hill, 1935.
- 26 — Lewin, K.; **Principles of Topological Psychology** . New York : McGraw - Hill. 1936 .
- 27 — Lewin. K.; **Field Theory in Social Science**. New York : Harper, 1951 .
- 28 — Lindgren, H.; **Psychology of Personal and Social Adjustment** ( 2nd ed. ) New York : American Book, 1959 .
- 29 — Linton, R.; **Culture & Mental Disorders**. Springfield, Ill. : Charles Thomas, 1956.

- 30 — Maslow, A. ; **Motivation and Personality**. New York : Harper, 1954.
- 31 — Maslow, A.; **Toward a Psychology of Being**. Princeton, N. J. : Van Nostrand , 1962 .
- 32 — Opler, M. (ed.) ; **Culture and Mental Health** . New York: Macmillan, 1959 .
- 33 — Patterson, C.; **Counseling and Psychotherapy : Theory and Practice**. N. Y. : Harper, 1959 .
- 34 — Pond, D.; **Counselling in Religion and Psychiatry**. London : Oxford Univ. Press, 1973 .
- 35 — Rank, O. : **The Trauma of Birth**. New York : Harcourt-Brace, 1929 .
- 36 — Rank, O.; **Will Therapy, Truth, and Reality**. New York : Knopf, 1945.
- 37 — Rogers, C.; **Client - Centered Therapy : Its Current Practice, Implications, and Theory**. New York : Houghton - Mifflin. 1951 .
- 38 — Rogers. C.; **Counseling and Psychotherapy** . Boston, Mass. : Houghton-Mifflin, 1942 .
- 39 — Rogers, C.; « Significant Aspects of Client-Centered Therapy. » **Amer. Psychologist**, 1946 .
- 40 — Scott, T., et. al.; **A Definition of Work Adjustment**. Minnesota : Industrial Relations Center, Univ. of Minnesota, 1958.
- 41 — Shaffer, L., and Shoben, E., Jr.; **The Psychology of Adjustment** (2nd ed .) Boston, Mass. : Houghton - Mifflin, 1956.
- 42 — Sullivan, H. S.; **Conceptions of Modern Psychiatry**. New York : Norton, 1953



**43 — Sullivan, H.S.; The Interpersonal Theory of Personality. New York : Norton, 1953**

**44 — Thorne, F.; Principles of Personality Counseling . J. Clinical Psychology, 1950**

**45 — Wolman, B. (ed) ; Handbook of Clinical Psychology . New York : McGraw - Hill, 1965 .**

**46 — Wolman, B.; Mental Disorders : Their Theory & Classification. N. Y. : Basic Books. 1965 .**

**47 — Wolberg, R.; The Techniques of Psychotherapy . N.Y. : Grune & Stratton, 1954 .**

**\* \* \***

# محتويات الكتاب

## الصفحة

المقدمة . . . . . ٥

## الفصل الأول : مدخل الى الشخصية السوية

( ٩ - ٢٢ )

٩	مدخل . . . . .
١٠	مفهوم الشخصية السوية . . . . .
١٥	الشخصية السوية . . . . .
١٩	الشخصية السوية في القرآن . . . . .
٢١	الخلاصة . . . . .

## الفصل الثاني : اطار نظرى لدراسة الشخصية

( ٢٣ - ٧٨ )

٢٣	مدخل . . . . .
٢٤	وجهات النظر المختلفة في دراسة الشخصية . . . . .
٢٥	أولا : المدرسة انكسية . . . . .
٣٠	ثانيا : المدرسة الكلية البيولوجية ( العضوية ) . . . . .
٣٩	ثالثا : مدرسة التحليل النفسى . . . . .
٤٢	رابعا : الفرويديون المحدثون . . . . .
٥٤	خامسا : نظرية التعلم . . . . .
٥٧	سادسا : نظرية الذات . . . . .
٦٥	وجهة نظر . . . . .

الصفحة

٦٧	أنماط الشخصية فى القرآن
٦٨	أولا : المؤمنون
٧٢	ثالثا : المنافقون
٧٣	ثالثا : المنافقون
٧٥	الخلاصة

الفصل الثالث : ملامح الشخصية السوية

( ٧٩ - ١٣٠ )

٧٩	النمو النفسى
٧٩	أولا : التكيف
٨٠	ثانيا : اشباع الحاجات الأساسية
٨١	ثالثا : تحقيق الشخصية السوية
٨٢	المميزات السلوكية للشخصية السوية
٩٠	الصحة النفسية والتكيف
٩٧	الشخصية والأخلاق
١٢٩	الخلاصة

الفصل الرابع : توافق الشخصية

( ١٣١ - ١٧٢ )

١٣١	مختل
١٣٢	أبعاد التوافق
١٣٢	أولا : التوافق الشخصى
١٤١	ثانيا : التوافق الاجتماعى
١٤٦	ثالثا : التوافق المهنى

الصفحة

١٥٢	أساليب التوافق غير السوى
١٥٥	أولا : الأساليب انهجومية
١٥٨	ثانيا : الأساليب الانسحابية
١٦٠	ثالثا : الأساليب الاستعطافية
١٦٣	رابعا : القلق المرضى / عصاب القلق
١٦٤	مظاهر سوء التوافق فى القرآن
١٦٤	أولا : الصراع النفسى
١٦٩	ثانيا : الحيل العقلية
١٧٠	١ — الاستقاط
١٧٠	٢ — التبرير
١٧١	٣ — تكوين رد الفعل
١٧١	الخلاصة

**الفصل الخامس : التوجيه والارشاد والعلاج النفسى لتحقيق التوافق**

( ١٧٣ — ٢١٣ )

١٧٣	مقدمة
١٧٤	الحاجة الى الخدمات النفسية
١٧٧	مفهوم التوجيه والارشاد النفسى
١٨١	الأسس والمبادئ التى يقوم عليها التوجيه والارشاد النفسى
١٨٦	العلاج النفسى
١٨٩	أهداف العلاج النفسى
١٩٠	العلاج النفسى فى القرآن
١٩١	الايمان والشعور بالأمن
١٩٢	أسلوب العلاج النفسى فى القرآن
١٩٤	أولا : الايمان بمعقيدة التوحيد



المنحة

١٩٥	ثانيا : التقوى
١٩٦	ثالثا : العبادات
٢٠٧	رابعا : الصبر
٢١٠	خامسا : الذكر
٢١١	سادسا : التوبة
٢١٣	الخلاصة

الفصل السادس : خاتمة

( ٢٢١ - ٢١٤ )

٢١٤	خاتمة
٢٢٢	مراجع الكتاب
٢٢٨	محتويات الكتاب

\* \* \*

رقم الايداع بدار الكتب المصرية ١٩٨٥/٥٣٢١  
الترقيم الدولي ٥-٥٦-٣٠٧-١٧٧



## كتب للمؤلف

سلسلة دراسات نفسية اسلامية

تصدر تباعا — ظهر منها :

- النفس البشرية
- النفس المطمئنة
- الشخصية المنتجة
- الشخصية السوية

---

١ — علم النفس والكفاية الانتاجية

٢ — العلوم السلوكية \* في مجال الادارة والانتاج  
الطبعة الثانية — مزيدة ومتقحة